Vlad T. Popescu

DINCOLO DE FRONTIERELE REIKI

SCOPUL UNIVERSULUI ESTE
CREȘTEREA OMULUI DE LUMINĂ

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României

POPESCU, VLAD T.
Dincolo de frontierele Reiki /Vlad T. Popescu. –
Bucureşti: RAO International Publishing Company, 2009
ISBN 978-973-54-0101-6

159.961

RAO International Publishing Company
Grupul Editorial RAO
Str. Turda, nr. 117-119, Bucureşti, România
www.raobooks.com
www.rao.ro

VLAD T. POPESCU
Dincolo de frontierele Reiki
© RAO International Publishing Company, 2009
Toate drepturile rezervate

2009

IDEALURILE REIKI

Arta secretă a chemării fericirii,
Vindecarea spirituală a tuturor bolilor.

Începând de azi elimină teama şi ura.
Începând de azi nu mai fi îngrijorat.
Începând de azi dedică-te muncii tale.
Începând de azi ai grijă de semenii tăi şi de toate fiinţele vii.

Dimineaţa şi seara împreunează-ţi mâinile pentru rugăciune,
Rosteşte aceste cuvinte din inima ta şi cântă aceste cuvinte.

SCURT CUVÂNT-ÎNAINTE

Datorită pragmatismului său, pragmatism atât de ușor de recunoscut și de apreciat de agitatul om contemporan, acest sistem de evoluție spirituală, care nu-și refuză nici aspectul de terapie complementară, s-a răspândit fantastic de mult în ultimii ani în România, părând a fi aici dintotdeauna, ba chiar a devenit un fel de numitor comun al terapiilor și tehnicilor de evoluție spirituală și nu mai poate fi ignorat de nimeni.

Puțini sunt dispuși să recunoască faptul că, deși au existat eforturi remarcabile, atât teoretice, cât și practice, ale maeștrilor care și-au început activitatea imediat după 1990, această largă răspândire, ca și poziționarea pe care a căpătat-o pe la noi, se datorează unui singur om, maestrului Ovidiu-Dragoș Argeșanu. Indiferent dacă suntem sau nu de acord cu el!

Rolul lui este asemănător celui pe care l-au avut, în istoria, totuși, atât de scurtă a sistemului, personalități precum Patrick Zeigler, Diane Stein, Kathleen Milner, Vincent Amador, John Armitage, James Deacon. Cei care au introdus, practic, conceptul de non-tradițional, cei care au făcut pași importanți către „frontierele Reiki", lărgind accepțiunea inițială a termenului, înglobând cunoașterea lor din alte sisteme, școli esoterice, tradiții mistice, din dorința de a oferi *mai mult*, poate *totul*.

Conștient sau nu, cu toții au sesizat faptul că Reiki oferă o modalitate eficientă de a transmite cunoașterea, inițierile, au refuzat dogma impusă de o tradiție ea însăși atât de nesigură și au sperat, fiecare în felul lui, ca Reiki să schimbe ceva în omul contemporan din ce în ce mai lipsit de aspectul spiritual, din ce în

ce mai rudimentar sufletește și, de ce nu, a cărui calitate a vieții scade vizibil.

Recunosc și apreciez tradiția. O respect! Dar scopul meu este acela de a duce acest sistem dincolo de frontierele sale și de a medita pe marginea conceptelor filosofice implicate.

Reiki este o placă turnantă spirituală, este un nod prin care trec tot mai multe idei, tehnici, persoane, așa că trebuie păstrat liber!

Sper să ofer un prilej de meditație celor care au experiență și să aduc răspunsuri celor aflați la început de drum.

Le mulțumesc pentru modul în care m-au modelat, au fost oglinzi inteligente și mi-au oferit din cunoașterea lor maeștrilor: Ovidiu-Dragoș Argeșanu, Song Yong, Patrick Zeigler, Don Beckett, Aurelian Curin, Mihaela Vezeanu, Călin Cotrău, Nicu Gecse, Uwe Gonzalez Burgunder, Stephen Womack, ca și scriitorului Roberto Quaglia.

Le mulțumesc și tuturor cursanților care au pus întrebări ce au dus lucrurile înainte și care, la rândul lor, au ajuns maeștri. Așa cum le mulțumesc și celor care le-au facilitat acestora întâlnirea cu mine: Constantin Gheorghiță, Claudia Beldean, Mirela Codilă, Maria Meszaros, Ciprian Morar, Adriana Paul, Maria Petrea, Iulia Spânu, Gelu Teodor Susanu.

CALEA REIKI

La un moment dat o să aveți altfel de vise și o să vă treziți în vis și o să realizați că totul este posibil. Veți putea călători oriunde doriți. Doar speciile inferioare au nevoie de nave spațiale.

PATRICK ZEIGLER

Ne dorim sănătate, dar și să evoluăm spiritual. Cum putem pune în practică aceste dorințe fundamentale? Care sunt căile pe care putem merge și de ce am alege Reiki?

Începem prin a ne dori sănătatea corpului fizic, apoi aflăm că trebuie tratat și corpul energetic-informațional, ale cărui boli și defecte, mai devreme sau mai târziu, ajung să se manifeste în fizic mai mult decât ne-am dori. În plus, pe măsură ce evoluăm, aflăm că trebuie să trecem peste câteva praguri dificile, legate de sex, bani, iubire, gândire, ca și de limitata relație cu divinitatea. Că trebuie să ne împăcăm cu noi și cu ceilalți.

Pe urmă, realizăm că problemele de azi sunt consecințe ale celor din viețile trecute, că structura noastră energetic-informațională depinde de acțiunile din viețile trecute, care au generat energii și informații ce trebuie echilibrate sau anihilate. Ajungem să ne dorim „vindecarea karmei".

Karmă care continuă să fie generată în viața de fiecare zi, prin interacțiunea cu ceilalți și, până ajungem la înțelepciunea budistă conform căreia bine este să nu generăm nici un fel de

karmă, dorim să ne apărăm de ceilalți, să avem putere asupra celorlalți, indiferent cum interpretăm asta.

Și, pe o treaptă mai înaltă a evoluției noastre spirituale, după ce ne-am împlinit și dorința de a face bine celorlalți, descoperim că scopul suprem ce poate fi atins pe parcursul vieții în trup este atingerea stadiului de „Fiu de Dumnezeu Împlinit"[1].

Ce metode și tehnici avem la dispoziție, descoperite de oameni pe parcursul existenței lor terestre, prin revelații mai mici sau mai mari?

Avem *metoda sacrificiului*, a mortificării trupului prin post și autoflagelare, a sacrificării vieții pe altarul unei idei înalte, a muceniciei. Greu de aplicat într-o societate modernă, comodă, în care nici măcar soldații nu mai sunt trimiși pe front cu gândul că ar putea să moară. Și greu de acceptat pentru că suspendă preocupările legate de sănătatea corpului fizic, „arde" brusc karma de până atunci, dar, și asta puțini înțeleg, generează la fel de brusc o karmă nouă, ne impune în fața celorlalți, însă numai pentru o clipă, și nu duce, automat, la stadiul suprem de evoluție spirituală. Sacrificiul isihast trebuie însă păstrat ca o cale de evoluție, iar cei care pornesc pe acest drum trebuie susținuți, pentru că o anumită formă de cunoaștere a divinității nu poate fi obținută pe altă cale.

Avem și *metoda trăirii religioase*, care aduce o sănătate „cazonă", lipsită de unele plăceri epicureice ale sănătății, care vindecă din karmă, dar arareori ne poziționează față de semenii noștri, care oferă puterea de a face bine, dar și tehnica de a face rău și care se preocupă doar de avansarea treptată, ierarhică, spre stadiul suprem, rezervat, paradoxal, prin Lege, numai unora...

Avem *metoda „exercițiului"*, sau a „sportului" spiritual, yoga, Qi Gong etc., în care plecăm de la sănătatea fizică, ce trebuie

[1] Așa cum l-am definit în *Irealitatea imediată*.

sporită până când ajungem la stadiul acțiunii energetice, care trebuie să devină preocupare unică pentru a rezolva karma și a ne impune în fața celorlalți, atingerea stadiului suprem fiind accesibilă, teoretic, dar rezervată, practic, marilor „atleți".

Și mai avem *metoda esoterică*, aproape exclusiv „mentală", în care putem include și unele tehnici de autocontrol, care nu se preocupă de sănătatea fizică, ci aleargă după împlinirea celorlalte obiective, dar care, spre deosebire de precedentele, este extrem de greu de trecut de la un om la altul, de la o generație la alta, mai toți cei care pornesc pe acest drum fiind obligați să redescopere roata.

După ce se va produce saltul atât așteptat, după ce cunoașterea fără cunoaștere va fi regula și vom face pași către utilizarea exclusivă a cunoașterii juvenile, a cunoașterii divine nealterate de procesele mentale ale semenilor noștri și vom tinde să intrăm în Întreg și cu corpul nostru mental, poate că lucrurile vor sta altfel, dar, acum și aici, când până și gândurile stocate de noi, în alte vieți, în câmpul-A, ne sunt greu accesibile, suntem limitați.

A existat însă un maestru de Qi Gong (în varianta japoneză, *kiko*), care avea suficientă experiență religioasă, care și-a asumat un mic sacrificiu și a căutat să înțeleagă sensul învățăturilor esoterice tibetane pentru a ne oferi o tehnică pragmatică, ușor de trecut de la un om la altul, prin care să ne vindecăm corpul fizic, dar și cel energetic, să ne „ardem" cu măsură karma, să ne protejăm de ceilalți și să acționăm asupra celorlalți, și prin care, *dacă dorim*, putem atinge stadiul suprem.

Numele lui era Mikao Usui...

Prudent față de autoritățile laice sau religioase, el nu a exclus nici o altă practică, nu a interzis nici o altă formă de tratament sau de evoluție spirituală, ceea ce a permis răspândirea Reiki. Dar, mai ales în spațiul occidental, unde ne plictisim repede și vrem „acum!" totul, această libertate a dus la impurificarea metodelor atât de elegante și simple cu elemente din toate celelalte școli amintite, ceea ce a dus, într-un fel, la pierderea

consistenței sistemului, la contradicții, la fisuri prin care se pot strecura greșeli și amenințări de neconceput altfel în Reiki, dar și la o eficiență tot mai mare.

Da, poți să ții post, așa cum poți să continui și tratamentul cu antibiotice. Da, poți să faci, în paralel, yoga sau Qi Gong. Da, poți să participi la ritualuri religioase. Da, poți să te preocupi de cercetările esoterice. Pe toate însă trebuie să le faci „dincolo" de Reiki, în paralel cu Reiki, altfel pierzi esența, simplitatea, eficiența sistemului.

Este ca și cum ai încerca aplicarea în teren a teoremei lui Pitagora atent la fluviul care curge pe ipotenuza triunghiului, la cum pescuiesc cei aflați pe mal, la cine și când s-a înecat în apele acestuia. Și, preocupat de rezolvarea acestor detalii, în mod cert interesante, de erorile care apar când cauți răspunsuri la diverse întrebări, uiți să aplici corect teorema și să afli lungimea ipotenuzei în funcție de catete.

Și, pentru că „spectacolul" spiritual pare să fie în altă parte, nu în lumea „sărăcăcioasă" a terapiei prin punerea palmelor, nu de puține ori ne declarăm practicanți Reiki și facem, de fapt, orice altceva!

Și nu mai ajungem să utilizăm potențialul uriaș al tehnicilor Reiki, care oferă sănătate și împlinire spirituală, dar și clarviziune, contact cu ghizi spirituali, tehnici de luptă și de protecție, utilizarea puterii minții.

Pentru că în Reiki tratăm corpul fizic, dar și cel emoțional, fără să-l ignorăm pe cel mental, primim informații care, altfel, par rezervate clarvăzătorilor, acționăm prin puterea minții asupra întregului Univers și avem contact cu entități spirituale superioare, toate acestea într-un mod elegant și simplu. De ce am avea nevoie de altceva?

Care este așadar esența Reiki, *calea Reiki*? Care este învățătura supremă pe care a „ascuns-o" Mikao Usui? O avem în fața noastră, dar o ignorăm, deși este limpede de citit... Este suficient să

analizăm ideograma Reiki, dar și, așa cum află maeștrii, să punem față în față simbolurile 3 și 4, în varianta lor integrală, pentru a afla că:

„Scopul Universului este creșterea omului de Lumină".

EVOLUȚIA SPIRITUALĂ

Toți cei preocupați de terapie și de evoluția spirituală utilizează această sintagmă fără a se strădui să o explice, să o definească. Mai mult, cel care aude pentru prima dată de așa ceva și începe să caute o explicație descoperă că, indirect, sunt sugerate numeroase definiții care, adeseori, se bat cap în cap. Să existe „mai multe" evoluții spirituale? Nu. Există mai multe căi și, dacă încercăm să generalizăm, o definiție potrivită pentru oricare școală sau sistem ar fi următoarea:

Evoluția spirituală este definirea unui sistem ontologic și a unuia gnoseologic personal și trăirea propriei noastre vieți conform acestora.

Și, chiar dacă sistemul ontologic va diferi de la o persoană la alta – adică vor avea păreri diferite despre cum a apărut și încotro se îndreaptă acest univers –, iar sistemul gnoseologic va mări diferența aparentă – propunând căi diferite de cunoaștere a modului în care a apărut și a direcției către care se îndreaptă universul și omul –, din momentul în care se va încerca trăirea conform ontologiei și gnoseologiei acceptate vor fi adoptate, ca prin miracol, principii comune. Cum ar fi compasiunea, iubirea semenilor etc. Ceea ce va permite, în cadrul fiecărui sistem în parte, aflarea a cât mai multe detalii, prin tehnici tot mai avansate, mai rafinate.

Iar după un exercițiu suficient de lung se va observa că, pe măsură ce putem privi lucrurile în ansamblu, sistemele ontologice încep să fie convergente. Începem să acceptăm că vorbim despre același lucru, dar cu cuvinte foarte diferite.

Scopul nefiind altul decât acela de a trăi conform sistemului, adică acela de a trăi împreună cu universul şi a ne îndrepta în direcţia în care şi el se îndreaptă, căci noi putem descrie fiecare, altfel, Universul, dar el, fiind unul şi acelaşi, cât timp suntem sinceri cu noi, nu vom face altceva decât să-l descriem cu cuvintele noastre şi pe baza sistemului de valori cu care ne-am obişnuit.

Un sistem, o şcoală spirituală (nu numai Reiki), trebuie să ofere o serie de elemente: deschiderea/optimizarea circuitelor energetice, dezvoltarea capacităţii de vizualizare, a operării cu informaţiile din câmpul-A (informaţia stocată în Cronica Akaşă), mentalizarea şi operarea cu simboluri, modelarea „irealităţii imediate" (a dimensiunii subtile în care se petrec fenomenele considerate a fi „paranormale").

Acordajul optimizează traseele energetice principale şi energia circulă astfel mai uşor către palmele cu ajutorul cărora este oferită celui aflat în nevoie, sunt implementate simboluri la nivel energetic şi, prin iniţiere, se încearcă recuperarea arhetipului corespondent. Pe urmă, în unele sisteme, se forţează al treilea ochi, pentru a permite vizualizarea şi modelarea, şi se optimizează tandien-ul inferior pentru a permite, în timp, atingerea valorii necesare pentru „urcarea" energiei Kundalini.

Simbolurile utilizate permit concentrarea energiei, ridicarea vibraţiei, deschiderea spaţiilor şi a câmpurilor, transmiterea la distanţă, tăierea stringurilor, modelarea informaţiei, dar şi diverse acţiuni specifice asupra chakrelor şi a energiei spirituale.

Pentru a se justifica, pentru a-şi crea o identitate, pentru a oferi chiar un suport mnemotehnic, sistemele recurg în prezentarea lor la anecdotică, mitologie şi elemente esoterice care au scopul de *a declara* spaţiul cultural şi sistemul de valori la care aderă în aşa fel încât viitorul practicant să poată alege sistemul potrivit, cu care „rezonează".

Prezenta lucrare se adresează mai ales celor care au o minimă practică Reiki, gradul al II-lea, dar şi maeştrilor, care pot găsi aici o serie de idei utile în predarea Reiki. Însă oferă o bună perspectivă asupra Reiki şi a celorlalte terapii complementare sau şcoli de evoluţie spirituală şi pentru orice altă persoană interesată de subiect.

Am experimentat şi verificat toate lucrurile despre care scriu. Poate nu le-am înţeles pe deplin semnificaţia, poate că vă este de folos o altă abordare a subiectului, dar intenţia mea fiind aceea de a vă oferi cât mai multe şanse, de a vă consolida încrederea în voi şi în ceea ce puteţi face, chiar şi lucrurile cu care nu sunteţi de acord, ştiu că pot declanşa în voi libertatea de gândire.

Înainte însă de a începe un „curs"[1] de Reiki, ar fi bine să rezolvăm problema a ceea ce este şi a ceea ce nu este Reiki, a frontierelor sistemului, a modului în care ele pot fi şi chiar sunt încălcate. Unele frontiere trebuie trecute, mai ales într-o epocă în care se tinde către o integrare holistică, către un sistem de valori bazat pe ştiinţa complexităţii, căci aşa dezvoltăm şi ducem lucrurile mai departe. Alte frontiere este bine să rămână închise. Încerc să explic de ce.

[1] Într-un fel sau în altul, mai structurată sau nu, orice carte ce tratează subiectul este şi un curs, chiar dacă nu sistematizează materialul pe grade, aşa cum suntem obişnuiţi.

O frontieră sub tir continuu: REIKI ŞI RELIGIA

Există şapte tipuri de religie în lume. Primul tip este orientat spre ignoranţă. Fiindcă oamenii nu pot tolera propria lor ignoranţă, ei o ascund. [...] O mare parte a umanităţii rămâne în cadrul primului tip de religie. Este doar evitarea realităţii [...]. Oamenii de primul tip sunt fanaticii. Ei nu pot nici măcar tolera că pot să existe şi alte tipuri de religie pe lume.

OSHO

Înţelept ar fi fost să las acest subiect undeva către sfârşitul cărţii, dar istoria Reiki, semnificaţia acordajelor/iniţierilor, problema contactului cu entităţile spirituale, ba chiar şi problematica ontologică generală depind de modul în care trecem peste el.

Mikao Usui, fondatorul sistemului, a fost precaut în interviul[1] pe care l-a acordat, unul dintre puţinele texte „autentice", şi a subliniat că Reiki nu este religie şi, atât din acest punct de vedere, cât şi din multe altele, este accesibil oricărui om. În acelaşi timp, persoanele care se declară credincioase sunt, statistic, mult mai preocupate de evoluţia lor spirituală decât ateii şi agnosticii, aşa că problema relaţiei între Reiki şi divinitate precede, de multe ori, primul contact cu un maestru Reiki. Interesul viitorului practicant Reiki, a începătorului, pentru modul în care

[1] Vezi Anexa 1.

noua lui preocupare se poziționează față de credința lui este perfect justificat. De asemenea, interesul instituțiilor religioase față de ocupațiile credincioșilor este și el la fel de normal.

De ce s-a ajuns la o evidentă stare de tensiune între cele două tabere? De ce biserica se opune formal practicării Reiki, iar în cadrul comunității practicanților sunt atâtea tabere aflate pe poziții ireconciliabile pornind tocmai de la problematica religioasă?

În tabăra bisericii, lucrurile sunt ceva mai simple. Orice activitate în care este amintit, sau folosit, numele Domnului, trebuie să se desfășoare în cadrul dogmei și sub supravegherea instituției, altfel, în cel mai bun caz, este vorba de o erezie. În funcție de gradul de „modernizare" al unei religii sau al alteia, sunt condamnate nu numai sistemele de terapie și de evoluție spirituală, ci și fitoterapia, homeopatia, transplantul de organe, controlul nașterilor, ba, uneori, și orice intervenție a medicinii alopate. Iar faptul că oamenii, practicanți sau nu ai unui astfel de sistem, își propun dezbaterea problemei ontologice fundamentale în afara cadrului dogmei este și el condamnat, din principiu. Ceea ce nu exclude o acceptare tacită din partea membrilor clerului în calitate de persoane particulare, dar instituția simte mereu nevoia de a se proteja.

Poate că o religie care își refuză originile mistice, deci și practicarea tehnicilor de evoluție spirituală, și nu recunoaște caracterul inițiatic al unora dintre tainele sale devine ceea ce chiar ea afirmă că respinge – o religie filosofică. Iar afirmația că se bazează pe revelație, cât timp aceasta este formal interzisă omului de azi, trezește suspiciune. Dar problema religiei azi nu este subiectul prezentei lucrări...

În tabăra practicanților Reiki lucrurile sunt mult mai complicate. (Mai încolo despre frontiera tradițional/non-tradițional.) Doar despre un număr foarte mic de oameni se poate spune că sunt credincioși practicanți. Ei se duc la liturghie, se spovedesc, se împărtășesc, practică Reiki cu acceptul duhovnicului și, atunci

când acesta se opune, de cele mai multe ori fac un pas înapoi. Dar ei sunt cei mai puțin vocali, deși ei ar fi cei care ar putea lua o atitudine cu adevărat documentată, ar putea fi o punte între cele două tabere și ar avea de împărtășit trăirea lor religioasă. Trăire religioasă care, încă o dată, NU este necesară practicării Reiki, dar nu este nici un obstacol.

Majoritatea o reprezintă cei care se declară credincioși practicanți fiind, de fapt, eretici în cel mai bun sens al cuvântului. Mergând la biserică doar atunci când au nevoie, sau când este la modă un duhovnic, ori un loc sfânt, în general evitând să se spovedească, ei sunt cei mai vocali, nu ezită să ia poziție față de orice și să declare totul ca lucrare a Domnului, critică în stânga și în dreapta, chiar și atunci când nu înțeleg, și au atitudinea unor sectanți. Iar limbajul misticii populare și al vrăjitoarelor le este mult mai familiar decât acela al cărților religioase. Pentru ei se pune acut problema relației ierarhice între simbolul de maestru din Reiki și cruce (și arareori acceptă că nu există numai crucea creștină, că aceasta este doar un caz particular), a numărului de îngeri primiți cu ocazia acordajelor ș.a.m.d.

Urmează cei care își acceptă statutul de „căutători", care au o poziție larg ecumenică, credincioși adeseori fără a fi adepți ai unei religii instituționalizate, cu o pregătire superioară și care au o bogată istorie în domeniul sistemelor de evoluție spirituală și a terapiilor complementare. Ei iau atitudine și față de biserică, și față de falșii credincioși și se poate spune că trec peste sistemul rigid al dogmei pentru a ajunge la o formă curată, absolută, de trăire religioasă. Dar mesajul lor este greu accesibil celui care nu pornește și el în căutarea Adevărului și a Întregului.

Puțini numeroși sunt cei care pot disjunge problematica religioasă, de care nu sunt străini, de sistemele de evoluție spirituală, percepute ca simple tehnici, și la fel de puțini sunt cei care nu au nici o preocupare religioasă, atei sau agnostici, și care percep acest spațiu ca unul dedicat strict terapiilor complementare,

pornind de la un sistem de valori bazat pe științele de frontieră. Așa cum am spus, ne definim singuri un sistem gnoseologic, punem la originea Universului actul Creației sau Big Bang-ul și asociem sfârșitul cu Apocalipsa sau cu contracția Universului, descriind, de fapt, un același Univers, motiv pentru care vorbim despre același lucru, dar... altfel.

În plus, deși practicanți ai altor religii sunt extrem de puțini pe la noi, simpatizanți și cunoscători ai religiilor orientale sunt destui, iar conflictul interior și exterior între religia locului și religiile de peste mări și țări se manifestă puternic.

Toate aceste tabere sunt în conflict, iar Reiki, în loc să se transforme într-un sistem de valori comun, este un măr al discordiei, un obiectiv ce trebuie cucerit și utilizat exclusiv de cei dintr-o anumită tabără, ceilalți fiind niște neaveniți.

Cum s-a ajuns de la compasiune la ură e ușor de înțeles. Cum se poate stinge conflictul este o problemă mai dificilă. Pentru mulți, lipsit de aspectul religios, Reiki nu mai are nici un farmec, iar ei se vor îndrepta către un alt sistem, eventual mai puțin cunoscut, pe care vor încerca să-l cucerească pentru a-și dezvolta în cadrul acestuia orgoliile și fricile.

Totul este o problemă de liniște interioară, de împăcare cu propria persoană, de acceptare a diversității, iar dacă nu puteți face asta, lucrurile se vor complica la nesfârșit în acest spațiu în care fundamentalismul religios *nu este o soluție*.

Pentru omul religios, lucrurile sunt clare până la un punct. Creația are un Creator. Există Cerul și Iadul. Există un sistem de reguli după care trebuie să-ți trăiești viața. Punct. Agnosticul și ateul, dacă vor să fie oameni, trebuie să accepte măcar faptul că este bine să respectăm câteva reguli pentru a face posibilă viața în societate, iar problema originii Universului și a ceea ce se întâmplă cu noi după moarte și-o vor rezolva așa cum doresc, totul este să se abțină, ca și primii, să-și impună altora opiniile lor.

Cum ne raportăm la toate cele de mai sus ne divide în tabere aflate în conflict. Cum trebuie să ne raportăm ca practicanți Reiki pentru ca acest conflict să se stingă? Încercând să ne alcătuim propriul sistem de valori, optând pentru o ontologie care ne acoperă necesitățile spirituale și, încă o dată, refuzând să le impunem altora!

Pentru că, până la urmă, marile diferențe între noi sunt date de modul în care descriem lucrurile, cei care au răbdarea să „traducă" termeni și concepte dintr-un sistem în altul descoperind imediat că vorbim în alt fel, dar despre aceleași lucruri, așa cum încerc să explic atunci când discut noțiunea de evoluție spirituală.

Reiki a sosit în occident și s-a răspândit beneficiind de suportul curentului New Age, a curentului cultural apărut ca reacție la dezumanizarea produsă de industrializare, tehnologie, politică, ban. Las deoparte toate teoriile conspirației care analizează apariția sa, ci amintesc doar că, la fel ca în cadrul oricărei alte utopii, calitatea oamenilor care au participat este aceea care a dus la apariția liderilor spirituali, dar și a impostorilor, la școli de evoluție spirituală, dar și la secte imunde. Deși Reiki doar a profitat de atmosfera New Age, nu a participat efectiv la răspândirea acesteia, tarele acestui curent cultural sunt cele care dau apă la moară instituțiilor religioase care percep Reiki drept sectă neo-neo-protestantă.

Mi-aș dori ca atitudinea bisericii să se schimbe, dar nu eu sunt cel care am dreptul să lansez un dialog în cadrul comunității prelaților. Doresc însă să văd că practicanții Reiki, chiar dacă nu reușesc să-și „traducă" sistemele de valori ale „adversarilor", și ei practicanți Reiki, să aibă o atitudine plină de înțelegere și de compasiune față de semenii lor.

Reiki trebuie pus în afara dezbaterii religioase, chiar dacă practicanții pot avea opțiunile lor ontologice. Nu în cadrul Reiki trebuie argumentată „supremația" budismului față de creștinism, sau invers. (Și nici despre celelalte religii.) Tot aici, dacă discutăm

despre simbolul crucii trebuie să discutăm despre simbol ca atare, ca imagine a unui circuit energetic, şi nu despre crucea creştină, cu toate semnificaţiile ei legate de Iisus.

Legenda Reiki, aşa cum a apărut ea în cursuri şi prin cărţi, cu un Mikao Usui creştin, sau cel puţin cunoscător direct al creştinismului, este evident o tentativă de armonizare a unor culturi aflate la mare distanţă şi de abia ieşite dintr-un război. Tot aşa, prezentarea Reiki ca „etaj" al religiei budiste, este la fel de eronată, ca să nu mai spunem că istoriile de tip New Age, cu Reiki adus de extratereştri, ascuns şi treptat dezvăluit, sunt şi ele doar... „marketing".

Reiki este *încă* o terapie energetică prin punerea palmelor, operează cu o energie cunoscută sub numeroase alte nume şi accesibilă şi prin alte tehnici, care a căpătat relativ târziu, după Mikao Usui, un aspect simbolic şi are un pragmatism care dă eficienţa sa în terapie şi în evoluţia spirituală[1].

Problematica religioasă trebuie să rămână personală, altfel, la limită, aşa cum se poate analiza gradul de adevăr al unor afirmaţii, va trebui să refuzăm acordajele şi terapia celor care nu sunt de aceeaşi religie cu noi. Mai mult, ar trebui să-i refuzăm şi pe aceia care, chiar aparţinând aceleiaşi religii, nu o practică în felul în care o practicăm noi.

Cum se va împăca în acest caz utilizarea Reiki împreună cu „psihoterapia ortodoxă"[2] este greu de spus, mai ales că este varianta cea mai larg răspândită. În fond, o astfel de şedinţă „Reiki" constă în măsurători radiestezice şi tehnici inforenergetice (imediat discutăm şi despre această frontieră), în citirea de diverse

[1] O mai amplă discuţie asupra integrării Reiki în cadrul unui sistem ontologic şi gnoseologic ofer în lucrarea *Irealitatea imediată.*

[2] Nu ştiu dacă este cel mai fericit mod de a descrie apelarea la rugăciuni, pelerinaje, masluri, molitfe etc., în cadrul terapiei Reiki, sau ca practici ajutătoare, dar despre aşa ceva vorbesc.

rugăciuni şi în prescrierea participării la diverse servicii religioase, totul presărat, ici şi colo, cu câteva simboluri şi tehnici Reiki. Iar dacă eticheta „Reiki" simplifică lucrurile, interpretarea lor ca Reiki este eronată.

Unde trebuie să ajungem? La libertatea fiecăruia de a se ruga aşa cum îi dictează credinţa în cadrul căreia s-a născut şi la perceperea Reiki ca pe o ocupaţie precum oricare alta. Biserica de azi nu este împotriva celui care face jogging, nu văd de ce ar fi împotriva celui care face Reiki...

A, că persoana pornită pe drumul evoluţiei spirituale îşi pune mai des problema existenţei lui Dumnezeu, asta se întâmplă din cauză că descoperă că mai există ceva dincolo de *realitatea imediată.* Din cauză că îşi îmbunătăţeşte „simţurile". Dar Reiki nu oferă o explicaţie, explicaţia rămâne domeniul religiei şi al filosofiei!

Iar celor care doresc să verifice latura mistică a religiei, le recomand *Exerciţiile spirituale* ale lui Ignaţiu de Loyola. După ce trec prin ele, s-ar putea să înţeleagă multe...

Reiki nu este religie, aşa cum chimia nu este artă culinară!

Frontiera unei lupte fratricide: TRADIȚIONAL VS. NON-TRADIȚIONAL

Orice ceremonie are un caracter artificial, chiar convențional, ca să zicem așa, întrucât ea nu este, în definitiv, decât produsul unei elaborări umane [...]. Cel care împlinește un rit, dacă a atins un anumit grad de cunoaștere efectivă, poate și chiar trebuie să aibă conștiința că există aici ceva care îl depășește, care nu depinde în nici un fel de inițiativa sa individuală.

RENÉ GUÉNON

Totul începe cu „linia de inițiere". Cu o ierarhizare a practicanților care se bazează pe altceva decât pe experiența lor, pe munca lor de zi cu zi, pe rezultatele lor. Cu o gestionare aproape „feudală" a drepturilor conferite prin acordaj. Și nu este vorba numai de opoziția între sistemul tradițional, adus de doamna Takata, și numeroasele sisteme non-tradiționale, ci și de lupta între modul de abordare tradițional și cel non-tradițional a ceea ce numim Reiki, sau Usui Reiki, sau Usui Shiki Reiki, sau Takata Reiki, sau... Plus că tradițional nu am putea numi nici sistemul propus de doamna Takata, ci doar școala promovată în Reiki Gakkai, în Japonia.

Foarte adevărat că, dacă o experiență mistică pornește de la eforturile individuale și ajunge acolo unde poate ajunge cel care o trăiește, un exercițiu inițiatic nu poate demara decât după ce

primești inițierea, iar aceasta trebuie să fie reală, autentică, pentru a permite evoluția individuală. Pragmatismul de care tot amintesc face ca acordajul Reiki să fie greu de greșit, iar verificarea este simplă. Oricum, ce faci după inițiere face diferența.

De altfel, chiar maestra Furumoto, nepoata doamnei Takata, spunea:

„Se pare că mulți practicanți și maeștri Reiki sunt extrem de sensibili la linia de inițiere, la apartenența de organizația «corectă». Important este să știți că sunteți conectați la Reiki. Dacă faceți asta, nimic altceva nu mai contează."[1]

Dar esența acestei lupte de gherilă în cetatea Reiki nu trebuie căutată, de fapt, în linia de inițiere, în modul de predare, în tehnicile utilizate, ci în... preț. Ce scriu eu aici e mult mai grav decât fluieratul în biserică, dar îmi asum!

În chiar legenda și istoria Reiki se dezbate problema prețului ce trebuie plătit, atât pentru terapie, cât și pentru acordaje. Mikao Usui a pornit prin a oferi totul gratuit, apoi s-a convins că oamenii nu apreciază cu adevărt un lucru gratuit, considerându-l fără valoare. Perfect adevărat! Doamna Takata a urcat însă acest tarif la 10 000 USD, ceea ce, printre altele, a făcut ca, la dispariția ei, să existe numai douăzeci și ceva de maeștri pe linia ei. Iar tariful a mai fost impus o vreme, fiind o barieră greu de trecut. Să nu uităm că suntem în anii 1980, când suma aceasta însemna cu totul altceva! Suma însemna ceva și la nivel subtil, 10 000 fiind, într-o tradiție orientală, echivalent cu „totul", adică sacrificiul suprem și dedicarea totală, ceea ce poate fi valabil pentru cel care se va reorienta profesional, nu și pentru practicantul obișnuit. Majoritatea celor care participă la cursuri văd în Reiki o cale de îmbunătățire a calității vieții lor, o cale de evoluție spirituală și nu vor deveni terapeuți.

---

[1] Așa cum apare în *Calea Reiki*, de Diane Stein.

Dar între a-i conferi o valoare şi a abuza este o diferenţă. Nu sunt de acord nici cu cei care lansează mesaje isterice de genul „Reiki este un dar de la Dumnezeu şi trebuie să fie gratuit!", dar nici cu îndepărtarea oamenilor de ceva ce le poate fi de folos nu numai practicanţilor, ci întregii comunităţi umane!

Oricum, a existat şi o latură bună a acestor tarife prohibitive – ele au declanşat apariţia sistemelor non-tradiţionale!

Teoretic, metoda tradiţională de predare şi practicare a Reiki presupune o mult mai mare rigurozitate, un ritm de asimilare mai lent şi mai temeinic, o serie de tehnici mai puţin răspândite în variantele non-tradiţionale, o mai mare disciplină în modalitatea de realizare a acordajelor. Dar şi o impunere a ierarhiei, o discriminare a celorlalţi, o închistare ce stânjeneşte evoluţia sistemului şi, mai ales, un tarif mult mai mare. Iar practica a dovedit că sunt maeştri care au linii de iniţiere ce le permit să se declare ca aparţinând şcolii tradiţionale (în sensul amintit), ale căror cursuri durează aproape cât ar trebui – ceva de genul două zile pentru gradul I –, dar care nu utilizează tot acest timp pentru teorie şi practică, ci pentru a-şi povesti viaţa, iar volumul de informaţie primit de cursanţi este, vai, mult mai mic decât se afirmă...

Metoda non-tradiţională este mult mai rapidă, este deschisă noului – da, asta înseamnă că este deschisă şi năzbâtiilor, dar viaţa filtrează ce este util de ce este gunoi! – şi mult mai accesibilă.

Se poate merge pe ambele căi. Ambele permit evoluţia spirituală şi oferă uneltele necesare în terapie. În fond, totul depinde şi de personalitatea fiecăruia.

Şi, cum istoria se repetă, sistemele non-tradiţionale capătă, în timp, toate tarele sistemelor tradiţionale, aşa că putem vorbi numai de momente ale unei evoluţii.

Dincolo de lupta permanentă între şcoli şi maeştri, purtată pentru susţinerea ideilor în care cred, dar şi din considerente de marketing, tradiţional înseamnă căutarea permanentă a adevăratei

moşteniri lăsate de Mikao Usui, înţelegerea în profunzime a principiilor, respectarea liniilor de iniţiere şi a maeştrilor, promovarea legendei şi a istoriei Reiki pe linia Usui-Hayashi-Takata, lucrul cu sine până la atingerea unui nivel energetic deosebit, permanenta recurgere la tehnicile japoneze de punere a palmelor, de respiraţie, urmărirea unei conduite de viaţă specifice, la nivel fizic, emoţional şi mental.

Non-tradiţional, fără a se opune întotdeauna în mod explicit celor de mai sus, înseamnă inserarea în învăţăturile Reiki a unor tehnici, metode şi concepte din alte spaţii culturale şi spirituale, de la alchimie şi cabala la misticismul sufi, de la yoga la Qi Gong. Apare şi o mai intensă colaborare cu entităţile spirituale superioare, prezente sub aspectul ghidului Reiki în spaţiul tradiţional, dar şi o permanentă căutare de noi energii şi metode de lucru, o demistificare mai mult sau mai puţin agresivă a legendei Usui-Hayashi-Takata, un ritm de evoluţie mai rapid, fără o etapizare strictă, ca şi un raport colocvial cu maestrul.

În plus, în ultimii ani, pe lângă tradiţional şi non-tradiţional, a apărut şi ceea ce cred că este corect să numim *neo-tradiţional*. Câţiva maeştri au încercat să ajungă direct la sursă, să obţină cunoaşterea şi acordajele direct de la discipolii lui Mikao Usui, alţii decât Hayashi şi Taketomi. Nici eforturile lor nu sunt recunoscute în mişcarea tradiţională şi sunt privite cu o mare suspiciune. Ce am experimentat din acest curent, Usui Reiju pe linia Chris March, este viabil şi foarte eficient, aşa că accept şi cunoaşterea neo-tradiţională.

Pare că am pledat pentru o cale în defavoarea celeilalte? Nu, nu asta este intenţia pentru că, aşa cum ştim, ceea ce pare un avantaj la prima vedere se poate dovedi fără valoare, iar ceea ce pare superficial poate fi de o profunzime nebănuită.

Ce susţin eu este că trebuie mers pe toate aceste căi, fără a le amesteca, pentru a beneficia de avantajele lor.

O să evoluăm în plan fizic, emoţional şi mental atât prin sistemele tradiţionale, cât şi prin cele non-tradiţionale. Avem nevoie şi de neo-tradiţional!

Reiki tradiţional ne va oferi disciplina lucrului cu energia, respectul faţă de noi înşine şi faţă de alţii, o linişte interioară absolut necesară şi terapeutului, dar şi celui care îşi doreşte doar evoluţia personală, ca şi o încredere deosebită în puterile noastre.

Reiki non-tradiţional ne va oferi o bună introducere în lumea contemporană, ne va potoli curiozitatea şi ne va oferi instrumente utile de căutare, de descoperire a noi aspecte/faţete ale tradiţiei, ne va da încredere în cunoaştere ca scop final al existenţei noastre.

Reiki neo-tradiţional ne va oferi, dacă nu adevărata conectare la Mikao Usui, cel puţin o experienţă deosebită, ce ne va face să privim mai profund tehnicile pe care le primim şi pe care le dezvoltăm.

Am primit, în timp, acordaje pe mai multe linii de iniţiere şi aş dori să le amintesc aici pentru a vedea cum se aplică în practică toate aceste clasificări şi pentru a declara că toate, ca şi celelalte linii pe care nu le amintesc aici, au pentru mine aceeaşi importanţă şi le apreciez la fel de mult.

Linia *tradiţională*: Usui – Hayashi – Takata – Barbara Ray Weber – *Patrick Zeigler* – Vlad T. Popescu (M).

Linia *non-tradiţională*: Usui – Hayashi – Takata – Furumoto – Lee Farmer – William Lee Rand – Niţă Mocanu – Dorina Mocanu – Nina Butnaru – *Ovidiu Dragoş Argeşanu* – Vlad T. Popescu (M).

Linia *neo-tradiţională*: Usui – Suzuki San – Chris Marsh – Taggart King – *Don Beckett* – Vlad T. Popescu (linia pe care am primit Usui Reiju).

SCURTĂ PREZENTARE A SISTEMELOR REIKI

Consider că drumul optim pentru un practicant Reiki este: *Usui Shiki Reiki Ryoho* – şcoala „tradiţională" venită pe linia Usui-Hayashi-Takata, care oferă o bună introducere în sistemul de terapie prin punerea palmelor, trăirea principiilor Reiki şi suficiente elemente pentru atingerea obiectivelor uzuale.

Gendai Reiki – sistemul maestrului Hiroshi Doi poate înlocui cu totul Usui Reiki, sau poate reprezenta o etapă de aprofundare a tehnicilor japoneze şi de înţelegere a faptului că originile Reiki se află în Qi Gong. Oricum, el aduce câte ceva din tradiţia Reiki Gakkai, „academia" Reiki din Japonia, încă închisă pentru occidentali, şi care, probabil, păstrează adevărata linie tradiţională. De altfel, în ultimii ani, membrii Reiki Alliance, asociaţia maeştrilor pe linia Takata, a început să „viziteze", în sfârşit, Japonia.

Karuna Ki – cea mai bună introducere în sistemele non-tradiţionale o reprezintă sistemul lui Vincent Amador, mult mai deschis noului decât Karuna™ a lui William Lee Rand. Şi este extrem de util pentru că readuce compasiunea în omul contemporan, cu toate beneficiile fizice şi spirituale ale identificării cu aceasta. Ca şi o serie de tehnici care conduc la evoluţia spirituală. Este foarte bine ca, la curs, să se discute mai amplu despre mudre şi mantre utilizabile în Reiki.

Seichim (*SKHM*) – sistemul lui Patrick Zeigler, poate primul sistem non-tradiţional în ordine cronologică (Kathleen Milner, fondatoarea Sai Baba Reiki şi a Tera Mai, sistemele care stau la baza grupului Karuna, a fost, ca şi Vincent Amador, eleva lui Patrick), este un mic univers în sine, care oferă gustul puterii bine stăpânite şi infinite posibilităţi de a cerceta energia vieţii. După ce înţelegi ce este cu SKHM, ţi se deschid adevăratele porţi ale evoluţiei spirituale.

Shamballa MDH – pentru adevăratul căutător, pentru cel care urmăreşte atingerea iluminării în această viaţă, pentru

cel interesat de esoterism și de așa-numitele științe oculte, sistemul lui John Armitage este un pas necesar. Sistemul este uneori mistificat de maeștrii care doresc să creeze o aură de mister în jurul lor și care, neînțelegând ce se întâmplă cu adevărat în timpul acordajului, fac unele greșeli care duc la rapide plăți karmice, astfel încât s-a creat legenda că, după acordaj, poți „să rămâi numai cu buletinul". La un astfel de curs este bine ca maestrul să propună o ontologie discipolilor săi, fără a o impune, ci numai ca model.

Tibetan Reiki – intenționat eclectic, dar cu utile aplicații terapeutice, poate fi și un substitut al Shamballei, în cazul unor persoane cu probleme karmice. El poate fi predat împreună cu unele tehnici din yoga tibetană.

Ama Deus – fără a fi propriu-zis un sistem Reiki, este asociat acestui spațiu fiind o formă de evoluție pragmatică, asemănătoare Reiki, a șamanismului. Se poate spune că Ama Deus este față de șamanism ce este Reiki față de bioenergie.

Grand Master – când realizezi că tu însuți trebuie să evoluezi și să integrezi principiile în viața ta dincolo de ceea ce se spune că poate fi obținut, după ce ai gustat din toate, sosește momentul să-ți câștigi libertatea, să devii propriul maestru.

Fiecare din sistemele amintite merită aprofundat și se află, uneori, la rădăcina a numeroase alte sisteme pe care le veți descoperi ușor în cazul în care rezonați cu ele.

Frontiera sângeroasă: REIKI VS. RADIESTEZIE

Singura problemă pe care o au oamenii este aceea că, atunci când se tem de ceva, ajung să creeze acea problemă. Multe organizații anunță existența unei probleme și-ți propun să te ajute dacă intri în acele organizații. Apoi manipulează acea frică.

PATRICK ZEIGLER

Radiestezia, mai bine spus inforenergetica, s-a răspândit larg în România, ca școală de evoluție spirituală și de terapie, cu ceva vreme înainte de Reiki, iar faptul că dezvoltarea consistentă a ceea ce se numește în mod tradițional radiestezie a fost un efort autohton, iar tarifele au permis de la bun început accesul larg, a făcut ca mai toți cei interesați de evoluție spirituală să treacă pe la cursurile organizate de SRR.

Așa s-a ajuns ca practicantul Reiki să stea cu ansa în mână și să măsoare, pentru clienți și pentru el însuși, parametri specifici inforenergeticii, dar care nu au legătură cu Reiki.

Și s-a ajuns imediat la conflict! O dată pentru că tehnici de radiestezie au ajuns să fie predate în afara școlii unde fuseseră dezvoltate, ba chiar și de oameni care nici nu ajunseseră la nivelul necesar pentru a preda. A doua oară pentru că, prinși oarecum cu mâța-n sac, maeștrii Reiki care se făceau vinovați de așa ceva au luat atitudine în public față de radiestezie. Ceea ce, absolut normal, a declanșat reacția părții adverse.

Dar de ce ar avea nevoie practicantul Reiki de măsurătorile radiestezice? Se spune că el ar fi orb, că nu știe în ce se bagă, că nu are instrumente de evaluare și control. Hm, ăsta să fie adevărul?

Corecta practicare a Reiki, autotratamentul și tratamentul prin punerea palmelor, ca și a celorlalte tehnici în care ne folosim palmele, crește în timp sensibilitatea acestora nu numai față de perceperea fluxului energetic, ci și față de *informație*. Informație care, analizată, oferă suficient control asupra a ceea ce se întâmplă. Cine face așa nu are nevoie de alte instrumente de măsură și control! Dar, din experiență, pot să spun că puțini „pierd timpul" cu aceste tehnici considerate „rudimentare", iar alții sunt neatenți și nu își dezvoltă sistemul personal de decriptare a informației astfel primite, așa că se agață disperați de ceea ce le oferă radiestezia.

Informație? Hm, asta trebuie explicat cumva...

Atât în noi, cât și în jurul nostru, de fapt până la marginea Universului, curge energie și circulă informație. Nu contează aici de unde vin ele, cine le generează. Poate fi accesată această informație în multe moduri, dar cea mai „palpabilă" metodă este aceea radiestezică. Vezi cum se mișcă ansa, simți cum se mișcă ansa. Dar aceeași informație „tradusă" prin mișcarea ansei poate fi accesată direct. Ea vine fie prin palmele noastre exersate, fie prin al treilea ochi, fie prin alte metode. Dar, despre clarviziune și celelalte propun să vorbim la frontiera cu autocontrolul. Și, în ultima parte a cărții, vă ofer un sistem de radiestezie multidimensională un pic altfel decât ceea ce știți.

Consider că este o frontieră ce trebuie să rămână închisă din cauza parametrilor utilizați în radiestezie, perfect corecți în cadrul sistemului de valori de care țin, dar care produc confuzie aduși la întâmplare în mediul Reiki. Vorbim despre aceleași lucruri, dar cu cuvinte diferite și, când amestecăm cuvintele, începem să suferim de sindromul Turnului Babel. În plus, radiestezia are propria ei frontieră cu religia, este dreptul ei să o

gestioneze cum consideră că este mai bine, dar această frontieră nu trebuie asumată de practicantul Reiki.

Așa cum s-au desfășurat lucrurile până acum, înclin să dau drepate radiesteziștilor pentru faptul că li s-a încălcat teritoriul.

Frontiera legală:
REIKI NU ESTE MEDICINĂ!

Rămâi în interiorul corpului tău, pentru că aceasta este realitatea. Simte-l tot mai mult... Permite-i corpului tău să aibă toată sensibilitatea pe care o poate avea. Recâștig-o, reclam-o și permite-i corpului mai multe schimbări, astfel încât să-i poți simți ființa. De exemplu, închide câteodată ochii și întinde-te pe pământ, simte pământul cu corpul tău. Nu te gândi la asta, simte.

OSHO

Modul în care practica Reiki calcă sau nu dincolo de două frontiere sensibile, aceea cu religia și aceea cu medicina alopată, determină acceptarea sa de către întreaga comunitate și gradul în care este gestionat de lege.

Toate terapiile complementare – e periculos ca, fie și numai din greșeală, să utilizezi termenul de terapie alternativă! – au probleme cu medicina alopată. Fie pentru că nimeni nu crede în ceea ce se întâmplă, orice terapie complementară fiind tratată drept șarlatanie, fie pentru că lucrurile sunt considerate dăunătoare sănătății.

Ar trebui să separăm terapiile care se ocupă direct de corpul fizic de cele care se adresează aproape exclusiv corpului emoțional, mental sau spiritual al omului. (Nu? Chiar acest enunț începe să dea de gândit celui care știe că există doar ceea ce poate pipăi!) Cele care se ocupă direct de corpul fizic, fie că doresc sau

nu să fie „medicină complementară", trebuie supravegheate și îndrumate la fel de direct de sistemul medical, cel puțin la nivelul la care sunt supravegheate alte activități în care ne ocupăm de corpul fizic, de la cosmetică și masaj la suplimente nutritive. Dar ce facem cu cele care nu se adresează corpului fizic? Poate că o onestă și transparentă evaluare a lor ar dovedi că nu sunt dăunătoare, iar apelarea sau nu la ele ar trebui lăsată la alegerea „clientului". În acest caz, normarea, avizarea practicanților, codul etic ar trebui să fie apanajul organizației profesionale din domeniu. Organizație deplin independentă de sistemul medical, așa cum federațiile sportive sunt independente (deși se ocupă și ele de *corpul* fizic), așa cum cultele religioase sunt independente (deși se ocupă de *corpul* spiritual), așa cum cercurile artistice sunt independente (deși se ocupă de *corpul* mental).

Există o lege, care, la data scrierii cărții, nu avea regulament de aplicare și nici nu erau constituite organismele prevăzute în ea. Poate că aplicarea ei, fie și în forma actuală, ar rezolva parte dintre probleme, iar eventualele neconcordanțe ar putea fi modificate pe parcurs. Sau poate că nu, pentru că legea amestecă domeniul terapiei alternative/complementare, gen acupunctură, fitoterapie, unde cunoștințele medicale sunt necesare, cu domeniul evoluției spirituale și a sprijinului acordat pe drumul evoluției spirituale.

Oricum, Reiki nu dorește să fie medicină, nici măcar alternativă sau complementară. Prin Reiki nu se pun diagnostice, nu se sugerează întreruperea tratamentului medical, indiferent care ar fi acesta, nu se atinge corpul celui care se supune experienței, nici măcar cât în masaj sau în reflexoterapie. Iar dacă se face asta, este vorba de un simplu contact, făcut numai cu acordul celui care primește Reiki.

Cine are răbdare și caută informația, poate descoperi rezultatele unor experiențe care dovedesc măcar existența energiei cu care se lucrează, dacă nu și efectele ei benefice. Cine își pune

problema ontologică are o predispoziție la dezbaterea de pe poziții egale, iar faptul că sunt destui medici care practică Reiki va face ca, mai devreme sau mai târziu, și sistemul de asigurare a sănătății să-și revizuiască poziția. Dar nici atunci Reiki nu va fi asimilabil medicinei, pentru că nu acesta este obiectivul. În fond, prin Reiki nu vindecăm pe nimeni, ci-i ajutăm pe ceilalți (și ne ajutăm!) să evolueze spiritual și să se pună în starea de a se vindeca singuri, așa cum numai natura știe să o facă.

Ce se întâmplă de fapt? O să descriu lucrurile nu atât mai simplu, cât mai ingurgitabil pentru toată lumea. Corpul nostru are un tipar după care se dezvoltă și pe care îl respectă – cât poate, sub influența factorilor de mediu și a acțiunilor noastre, suficient de distructive. Aș putea spune că tiparul se află într-o dimensiune superioară, dar este suficient aici să spun că tiparul se află în ADN. Întreg metabolismul, ca și multiplicarea celulară tind să se plieze după acest model personal ideal sub influența „energiei și informației" aduse și transmise mai departe prin palmele noastre. Deci noi „readucem aminte" corpului acel tipar ideal. Aspectele legate de corpul emoțional și ele pot fi descrise simplu. Felul în care gândim, în care ne comportăm, în care interacționăm cu semenii noștri s-a dovedit că influențează metabolismul. Un om furios nu digeră corect, nu-i așa? Transmiterea acelei energii la nivelul corpului emoțional face ca persoana să acționeze corect, iar defectele apărute la acest nivel să nu mai producă efecte în planul corpului fizic.[1] Nu este nici medicină, nici psihologie. Mai degrabă este un fel de stat în aer liber, în aer curat, doar că aerul este reprezentat aici de energia care circulă prin palmele practicantului. Și cine ar putea interzice statul în aer liber?

Reiki nu este medicină, așa cum cursele de fond din atletism nu reprezintă un mijloc de transport în comun.

[1] Vezi *Anexa 2.*

Frontiera miraculoasă: REIKI ȘI AUTOCONTROLUL

Cei care practică, meditația au un hipocampus mai voluminos, la fel cum au mai dezvoltat cortexul orbito-frontal. Știm că aceste persoane au capacitatea de a-și cultiva stările pozitive, de a fi stabile emoțional. Diferențele observate în anatomia creierului ne pot oferi un indiciu asupra motivului pentru care au aceste abilități.

EILEEN LUDERS

În Reiki ne manifestăm intenția și utilizăm afirmațiile. Gestionăm energia care curge prin noi cu puterea minții noastre. Și apelăm la o serie de meditații pentru a ne crește această putere, așa cum o să descriu în altă parte a cărții. Cam același lucru se poate spune și despre autocontrol. Ba, mai mult, dacă ținem cont de faptul că autocontrolul (așa cum a fost dezvoltat pe la noi de Dan Seracu) este tributar dianeticii, că este și el o parte a culturii de tip New Age, asemănările sunt și mai mari.

Există însă și o diferență extrem de importantă de care trebuie să ținem seama în practică: Reiki este o formă „intermediată, protejată" de lucru cu energia și informația, într-un fel și limitată, iar autocontrolul este direct și neprotejat, dar nelimitat. Cât timp transmitem afirmațiile și ne manifestăm intenția, fiind canale deschise pentru energia de la Sursa Universală, suntem, în mod automat, protejați. Când transmitem afirmațiile și ne manifestăm intenția conectați la toate fluxurile energetice și informaționale disponibile, *trebuie* să ne protejăm.

De aici şi aparent ciudata indicaţie de a nu utiliza tehnicile de autocontrol simultan cu Reiki. Este simplu: obişnuiţi să fim protejaţi în cadrul Reiki, atunci când inserăm tehnici de autocontrol considerăm că protecţia este prezentă, dar noi facem apel şi la alte pachete de energie şi de informaţie, unele potenţial periculoase, dar ne protejăm *numai* prin Reiki. Sau credem că o facem... Ba mai mult, considerând că am „evoluat", nu mai pierdem timpul cu toate tehnicile Reiki şi utilizăm la modul empiric, ceea ce cunoaştem despre autocontrol, mai puţin partea cu protecţia...

Practicarea autocontrolului este însă indicată dacă suntem atenţi la cele de mai sus, iar adevărata înţelegere a mecanismelor prin care se manifestă intenţia, hermeneutica afirmaţiilor şi puterea mentală vin, pentru occidental, mai uşor prin autocontrol. Varianta ideală este aplicarea autocontrolului în cadrul şi cu respectarea principiilor şi a tehnicilor Reiki, în acest fel fiind compensate lipsurile şi amplificată eficienţa ambelor.

Aspectul miraculos este dat de ceea ce numim clarviziune. Indiferent că este vorba de clarviziune, clarmiros, clarauz sau de altele. Dacă în Reiki aşteptăm ca lucrurile să se întâmple, şi nici nu constituie un obiectiv principal, în autocontrol avem o atitudine ofensivă în această direcţie.

În momentul în care reuşim să ne golim mintea de orice gând, de atenţia faţă de orice semnal venit din mediu, dar şi din corpul nostru, atunci, în acelaşi loc din creierul nostru în care sunt analizate toate acestea încep să fie percepute şi analizate, sub formă de imagini, gusturi, sunete, mirosuri, informaţiile venite din dimensiunile superioare. Autocontrolul exersează foarte bine acest aspect. Ca şi împăcarea cu calităţile şi defectele noastre.

Şi, pentru a vedea cum putem acţiona cel mai bine în realitatea imediată, vă propun un exerciţiu simplu. Din sârmă subţire de cupru faceţi un inel cu o singură spiră. Atârnaţi inelul la capătul unui fir de aţă de 20 cm, într-un loc cât mai protejat. Apoi, stând la un metru de acesta, încercaţi să-i imprimaţi o

mişcare de rotire, sau de balans, fie vizualizând cum acesta începe să se mişte, fie încercând să-l antrenaţi prin balansarea corpului vostru (fără ca, de vină, să fie curentul de aer provocat!), mai ales prin balansarea chakrei inimii sau a celei aferente celui de-al treilea ochi, sau încercaţi să-l balansaţi dându-i „ordin" să se mişte, fie cu glas tare, fie rostind cuvintele în minte.

Dacă se mişcă atunci când vizualizaţi mişcarea, veţi putea determina lucrurile prin acţiune mentală, prin tehnici de vizualizare. Dacă se mişcă atunci când balansaţi corpul, veţi obţine efectul maxim prin trasarea cu mâna a simbolurilor. Iar dacă inelul s-a mişcat la ordin, vă sunt la îndemână afirmaţiile şi mantrele.

Frontiera istorică:
CÂT QI GONG A MAI RĂMAS ÎN REIKI?

Maeştrii de Qi Gong solicită un înalt profil moral. Înainte de a fi transformaţi prin Qi Gong, practicanţii trebuie să capete senzaţia de fericire prin realizarea de lucruri bune. Aceste senzaţii îi ajută să se relaxeze şi să atingă o stare de meditaţie mai profundă. O stare de meditaţie mai profundă le îmbunătăţeşte starea de sănătate şi permite sondarea capacităţilor şi puterilor potenţiale.

SONG YONG

Ştiu că unii îşi vor pune imediat întrebarea: „Dar de ce să avem Qi Gong în Reiki?" Suntem mult prea departe, în timp şi în spaţiu, de originile Reiki, dar ştim că Mikao Usui practica varianta japoneză de Qi Gong, *kiko*. Şi, chiar dacă nu este aşa, după ce faci primul pas în Qi Gong, descoperi un întreg complex de tehnici de gestionare a energiei, inclusiv prin punerea palmelor, descoperi sursa meditaţiilor, descoperi principiile, descoperi... aproape totul. Şi, ţinând cont de vechimea Qi Gong, greu de crezut că nu există o influenţă consistentă. Care continuă şi în zilele noastre, forma de Reiki pe care eu o consider cea mai eficientă, Gendai Reiki, fiind şi ea creaţia unui maestru japonez, Hiroshi Doi, de asemenea practicant de Qi Gong.

Practicanţii Reiki se alintă afirmând că acesta este etajul final, spiritual, al Qi Gong-ului şi, aşa cum un prost obicei s-a încetăţenit, consideră că Reiki este superior şi oricărei forme de Qi Gong.

Adevărul este că Reiki este mult mai accesibil oricărui om, că presupune mult mai puţin timp pentru a ajunge la „performanţă". Că, în Reiki, lenea nu este penalizată ca în Qi Gong, sau ca în orice altă activitate umană bazată pe dezvoltarea unei îndemânări *şi* fizice (cum ar fi cântatul la pian, atât dexteritate a degetelor, cât şi înaltă creativitate artistică). Pentru a ajunge pe drumul evoluţiei spirituale şi al sprijinirii celorlalţi, ai de făcut câţiva paşi, foarte simpli. În fond, volumul de cunoştinţe din Reiki, din toate sistemele uzuale puse cap la cap, nu depăşeşte volumul de cunoştinţe transmis în cadrul unui curs universitar de trei ore.

În Qi Gong ai de lucrat mult cu tine, acumulezi treptat, se simte când uiţi să practici, ai de dat importante „examene" intermediare. Se poate spune că, după două ore de curs, proaspătul practicant Reiki poate face deja terapie, pentru el şi pentru ceilalţi, în timp ce debutantul în Qi Gong încă nu a aflat despre ce este vorba şi mare lucru nu-şi poate face nici lui, ce să mai vorbim despre alţii. DAR! Cine are răbdare şi urmăreşte evoluţia celor doi, poate descoperi că, peste un an de zile, deja *proaspătul maestru* de Reiki pierde mult mai mult timp pentru rezolvarea unei situaţii, a unui caz şi, dacă nici nu s-a dedicat prea mult, nici nu a făcut decât iluzorii paşi pe drumul evoluţiei spirituale, în timp ce *încă ucenicul* în Qi Gong, mai ales dacă s-a dedicat trup şi suflet, rezolvă totul mult mai rapid şi a făcut paşi consistenţi pe drumul evoluţiei sale spirituale.

Vine imediat întrebarea: „Să mai pierdem timpul cu Reiki?" Uitaţi-vă în oglindă. Fiţi sinceri! Din acest moment şi până la trecerea prin poarta care duce dincolo sunteţi gata să dedicaţi câteva ore pe zi, *în fiecare zi*, exerciţiilor fizice şi celor mentale din Qi Gong? Puteţi respecta un regim de viaţă şi un

regim alimentar corect? Dacă da, căutați o școală de Qi Gong – sunt câteva foarte bune la noi în țară.

Dacă nu, sau dacă nu știți, acceptați că Reiki este varianta pragmatică, accesibilă omului obișnuit, care oferă șansa evoluției spirituale și, în cazul în care îi dedicați suficient timp, măcar o oră pe zi, vă poate duce la fel de departe din anumite puncte de vedere. Vă poate pregăti chiar pentru a intra cu o altă deschidere în Qi Gong. Iar practicarea în paralel a celor două nu este dăunătoare. Dimpotrivă!

În plus, la fel ca în cazul autocontrolului, protecția oferită prin Reiki este mult mai mare. Sau, mai bine spus, este mult mai mare decât în cazul practicării într-o doară a Qi Gong-ului.

Frontiera populară: ÎNTRE BUBE ȘI BABE – VRĂJITOARELE

Nu acceptați să fiți puși în situația de a prezice lucruri pe care nu le puteți prezice. Oamenii doresc să primească tot felul de asigurări, dar nu aveți nici o metodă de a da răspunsuri sigure. Trimiteți-i la un medium, sau la un specialist în tarot dacă vor cu adevărat să afle ceva. Uneori nici nu doresc să afle adevărul, ci doar că lucrurile se vor desfășura așa cum doresc ei. Prezicerile nu sunt meseria voastră.

DIANE STEIN

Vrăjitoarele... Magia albă și neagră... Blestemele, legăturile, făcăturile, descântecele...

Spuneam în *Irealitatea imediată* că „deși pare ciudat, până la urmă nimeni nu ajunge la terapeut pentru că a fost agresat energetic, ci pentru că «i s-a luat sporul, i s-au făcut moșmoane, a fost blestemat» etc. Și terapeutul, deși știe adevărata explicație a acestor termeni, îi va folosi și el, pentru că altfel pierde puntea de legătură cu persoana aflată în dificultate".

În Evul Mediu, vrăjitoarele au câștigat statutul de *țap ispășitor,* au fost condamnate pentru că erau *altfel.* Pe atunci, cam toți cei care se ocupau, în afara bisericii, de terapii energetice și de evoluția spirituală riscau să fie etichetați ca atare și să ajungă pe rug. Țapul ispășitor, cel care este *altfel,* reprezintă în orice moment al istoriei o supapă pentru eliberarea violentă a tensiunii

sociale, pentru devierea atenției de la probleme importante ale zilei. Iar dacă el aparține și unei alte etnii, cu atât mai bine!

Situată undeva între șamanism și autocontrol, vrăjitoria trebuie privită și ea ca orice altă armă, ca un cuțit cu care poți tăia pâinea sau gâtul cuiva. Extrem de eficientă, mai ales atunci când este stăpânită pe deplin, și-a căpătat prostul renume atât cultural, istoric, cât și pentru anumite acțiuni considerate reprobabile. Aș spune eu mai ales pentru faptul că, atunci când intervine în relația dintre două persoane, o face pe principiul *win-loose*, în timp ce Reiki, de exemplu, încearcă o soluție de tip *win-win*. Căci nu intervențiile în cazul unei boli sunt cele condamnate cu predilecție.

Pentru că, în principiu, o vrăjitoare își ajută clientul în relația cu o altă persoană doar pentru că este clientul ei, nu pentru că acesta ar avea dreptate.

Nu tehnica în sine este reprobabilă, decât la prima vedere și mai ales pentru cei care nu pot să recunoască faptul că și ei recurg la ritualuri similare, la entități spirituale, doar că le spun altfel. De altfel, cele mai vocale acuzatoare ale vrăjitoarelor se apără de acestea aprinzând „n" lumânări în nu mai știu câte biserici, folosind tot blesteme și descântece, doar că altfel botezate, și, culmea, intrând în jocul de tip *win-loose*, fără să vadă dacă nu cumva victima chiar avea o datorie karmică față de cel care îi face rău.

Cât despre antagonismul lumină/întuneric, prea mulți fac azi rău folosind lumina ca să mai existe o diferență...

PARTEA A II-A

UN ALTFEL DE CURS REIKI

MUDRE ŞI MANTRE UTILIZATE SAU UTILIZABILE ÎN PRACTICA REIKI

Toate poziţiile yoghine, asane şi mudre, urmează diferitele tipare declarative ale minţii noastre; şi ele sunt rezultatul nenumăratelor experimente şi experienţe... După mii de experimente a fost descoperit care mudră se formează într-o anumită stare a minţii. Apoi poate fi realizat procesul invers, în care poţi ajunge la o stare particulară a minţii prin formarea mudrei care-i corespunde.

OSHO

Pentru ca viitorul practicant să poată primi un Reiju, sau un acordaj, primul lucru care i se spune este să stea în Gassho, sau în poziţia rugăciunii. Mudrele, ca şi mantrele, vor deveni o obişnuinţă celui care intră în această lume, aşa că trebuie să li se acorde atenţia cuvenită. Poate că este un capitol asupra căruia începătorul se va întoarce mai târziu, după ce a conştientizat despre ce este vorba. Dar lucrarea de faţă se adresează mai ales celui care a pornit deja pe acest drum.

Unele dintre mudrele prezentate fac parte din sisteme Reiki non-tradiţionale (cum ar fi Karuna Ki), altele nu, dar, din experienţă, pot spune că sunt utile în practica Reiki. Acelaşi lucru este valabil şi în cazul mantrelor, în continuare fiind prezentate exclusiv mantre asociate mudrelor.

Să nu uităm că mudrele sunt secrete ale corpului, mantrele sunt secrete ale vorbirii, iar vizualizarea este secretul gândirii.

MUDRELE

În majoritatea religiilor, a terapiilor alternative şi, mai ales, a şcolilor spirituale sunt utilizate poziţii ale mâinilor bine studiate şi cu efect confirmat. În lumea orientală ele sunt numite *mudre (mudras),* fiind ceva mai bine cercetate.

Şi fiecare astfel de poziţie are un rol energetic pe care îl împlineşte aproape miraculos, chiar şi pentru cei care nu acceptă irealitatea imediată.

Este suficient însă să ne gândim că palmele sunt oglinzi, modele ale întregului corp (aşa cum postulează reflexologia), că pe mâinile noastre sunt importante puncte de acupunctură şi trasee ale meridianelor energetice (aşa cum descrie medicina tradiţională chineză) şi că, prin lipirea punctelor de la o mână cu punctele de pe cealaltă mână sunt favorizate anumite circuite energetice create pe moment, care produc efectul dorit la nivelul corpului energetic.

Pentru cei obişnuiţi cu calculatoarele, este ca şi cum ai realiza un circuit electronic în care instrucţiunile sunt inscripţionate direct în hard.

Mudrele sunt gesturi simbolice prin care:

– ne putem pune într-o anumită stare de meditaţie controlată, menită să ne ajute în evoluţia spirituală;

– putem acţiona la un nivel mult mai coerent cu energia primită de la Sursa Universală, atât pentru noi, cât şi pentru alţii;

– putem intra în contact cu entităţi spirituale superioare.

MANTRELE

Rostit sau numai gândit, cuvântul are, dincolo de capacitatea de a transmite o informaţie, şi puterea de a determina evenimente. Nu trebuie să ne gândim numai la ordinul dat de un superior, ci şi

la toate formele în care cuvântul are un rol magic: rugăciunea, algoritmul, mantra, programul, dar şi blestemul, descântecul şi celelalte.

Utilizate ca o tehnică de concentrare, mantrele sunt afirmaţii, versuri sau scurte poeme, în general în sanscrită, care se repetă cu o anumită intonaţie, menită să atingă şi să inducă vibraţia dorită. Ideea de bază este aceea că ne concentrăm pe mantră, pe sunetul/sonoritatea ei, pe semnificaţia ei şi, în acest fel, ne este mai uşor să ne golim mintea de alte preocupări şi de alte gânduri. Pentru efectul de golire a minţii, utilizatorii experimentaţi declară, de altfel, că se poate utiliza ca mantră orice fragment de text sfânt (asta pentru a nu spune *orice text* şi a păstra ideea de sacralitate). Recitarea numelor divine este, în fond, o tehnică de obţinere a stării modificate de conştiinţă în scopul eliberării de factorii externi.

În practica Reiki, mudrele sunt utilizate în mod natural şi eficient împreună cu mantrele şi simbolurile Reiki. Nu trebuie să uităm că Reiki, înainte de orice altceva, este o „terapie prin punerea palmelor", iar pregătirea acestora, pentru evaluare energetică şi terapie, trebuie să fie cât mai bună.

Mudre utilizate în meditaţie, cu rol în evoluţia spirituală personală:

1. Mudra rugăciunii, Gassho, *Anjali mudrâ*
2. Mudra meditaţiei, *Dhyâna mudrâ*
3. Mudra lotusului cu opt petale
4. Mudra pentru purificarea karmei
5. Mudra înţelepciunii spirituale

Mudre utilizate în terapie:

6. Mudra soarelui
7. Mudra dăruirii, *Abhaya mudrâ*
8. Mudra Sha

Mudre utilizate în acțiunea la distanță și channelling:
9. Mudra pagodei
10. Mudra Kai

Activarea/energizarea mudrelor

Simpla reproducere a gestului nu este întotdeauna suficientă pentru activarea unei mudre, pentru lucrul cu ea. Bună parte dintre ele depind de o inițiere, în special acelea care operează prin contact cu o entitate spirituală superioară.

Oricum ar fi, pentru ca energia să curgă la un nivel mulțumitor prin palmele noastre, pentru a o putea utiliza în scopul dorit, energizarea mudrei constă în aducerea de energie/lumină prin chakra coroanei și până în chakra a II-a (tandien-ul inferior), pe inspir, apoi conducerea acesteia, pe meridianele energetice, până în chakrele palmelor, pe expir. Parte din mudre presupun și o a doua etapă de activare, în care pe inspir aducem energia/lumina prin vârfurile degetelor, pe meridianele energetice, până în chakra a II-a, iar pe expir o dăruim, o înapoiem prin vârfurile degetelor.

Practicarea mantrelor

O mantră poate fi utilizată cu rezultate bune dacă este primită prin inițiere și în funcție de vibrația celui de la care este primită. Prin practicarea regulată a mantrei, chiar și fără o inițiere anume, ghizii spirituali pot oferi, celui care dovedește că merită, secretul utilizării ei.

Mantrele trebuie rostite până când „auzim" propria variantă de utilizare, într-un mod cât mai apropiat de cel primit la inițiere. Ele pot fi rostite cu glas tare, șoptite, sau numai în gând, efectul este aproximativ același, cu mici diferențe în funcție de scopul pentru care utilizăm mantra.

Marea majoritate a mantrelor conțin „sunetele/notele" fundamentale: **OM, HA** și **HUM**.

OM – deschide canalul între noi și dimensiunile superioare, favorizează „vederea" acestora și lucrează prin aducerea Luminii prin chakra a VII-a, pe care o deschide și o curăță, în a VI-a, pe care o curăță și energizează, apoi în a IV-a, pe care o echilibrează. Este sunetul care permite trecerea peste „Podul Curcubeu", contactul direct cu Creatorul.

HA – ne pune pe frecvența ideală a vieții, atât la nivelul corpului fizic, cât și la nivelul corpului energetic. Lumina intră în noi prin toți porii, până în chakra a II-a, pe care o curăță și o energizează, de unde urcă în a III-a, pe care o echilibrează, apoi răspândește o energie vitală binefăcătoare și către chakrele superioare. Și cel mai bolnav om, dacă ar utiliza mantra „Ha" zilnic, evenual prin tehnica Hado, din Gendai, ar ajunge să-și îmbunătățească semnificativ starea corpului fizic.

HUM – frecvența sufletului, prin care Lumina este adusă prin chakra a VII-a până în chakra a II-a, de unde urcă către chakra a IV-a, sublimând energia sexuală pentru a curăța, energiza și echilibra chakra a IV-a. Este sunetul care întregește și curăță sufletul.

1. Mudra rugăciunii, Gassho, *Anjali mudrâ*

Folosită în rugăciune, binecuvântare, în orice manifestare a dorinței de a-i ajuta pe ceilalți. Pentru energizarea cristalelor și pentru programarea acestora. Spațiul aflat între palme (care nu se lipesc perfect) reprezintă puntea între lumea materială și lumea spirituală, deci o legătură cu CKR și HSZSN. Utilizând această

mudră ne izolăm, într-un fel, de cei din jurul nostru și ne orientăm toată energia relației cu dimensiuile superioare. Dacă reușim să aducem între palmele noastre originea Universului, momentul creației, efectul va fi și mai puternic. Poate fi utilizată împreună cu mantra „Om".

2. Mudra meditației, *Dhyâna mudrâ*

Se folosește în meditație, palmele fiind ținute în dreptul chakrei a II-a. Triunghiul format simbolizează focul spiritual. Când mâna stângă este deasupra, se tinde către stadiul de Buddha, când dreapta este deasupra ne aflăm pe drumul către iluminare sau predăm altora calea.

3. Mudra lotusului cu opt petale

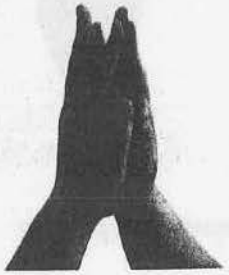
OM HANDOBO, DOHANBAYA SOWAKA

Se vizualizează entitatea spirituală feminină cu care suntem obișnuiți să lucrăm, de preferat Qwan Yin, stând chiar în fața noastră. Din chakra a V-a a ei radiază și intră în noi o lumină roșie, strălucitoare, care ne umple, drept care toată karma creată prin cuvânt este purificată și puterea noastră de comunicare va crește. Se poate lucra și cu orice altă entitate spirituală feminină.

Mantra se rostește de 108 ori (sau un multiplu).

4. Mudra pentru purificarea karmei

OM SOHAHANBA, SHUDA, SARABA, TARAMA, SOHANHABA SHUDO KAN



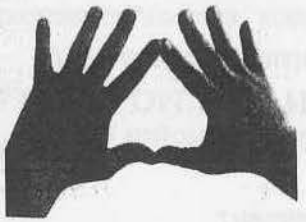
Ajută la purificarea karmei apărute la nivelul acțiunii, vorbirii și gândirii pentru a crește nivelul conștiinței.

5. Mudra înțelepciunii spirituale, pumnul înțelepciunii

TA YA SO WA KA

Reprezintă mai mult decât transcenderea limitelor percepției, dă puterea de a elimina întreaga relativitate dată de timp și spațiu. Crește puterea vindecării la distanță și a orientării în astral.

6. Mudra soarelui



Folosită în Reiju, amplifică și direcționează energia Reiki emisă de noi prin privire, din chakra a IV-a sau prin suflu, metodele utilizate de un maestru.

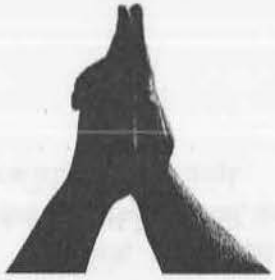
Se utilizează și în terapie, distanța optimă față de corpul celeilate persoane fiind de cca. 10 cm.

7. Mudra dăruirii, *Abhaya mudrâ*

Cu ambele palme deschise, orientate spre înainte, ca și cum am dărui Reiki cuiva aflat în fața noastră. Oferim protecție și pace. Se folosește când lucrăm pe aura altei persoane, sau în binecuvântarea finală, după terapie sau acordaje. De preferat să o folosim după activarea palmelor cu simboluri, deși lumina albă sau aurie, strălucitoare, poate fi văzută și fără utilizarea simbolurilor.

8. Mudra Sha

Sha este utilizată pentru vindecarea personală, dar și a celorlalți. Cei care o stăpânesc nu mai sunt atât de vulnerabili la viruși și alte afecțiuni. Poate fi utilizată în orice meditație. Mâinile se țin la nivelul chakrei a III-a. Se inspiră pe nas, lent, golind mintea de orice alte gânduri. Energia este adusă prin chakra a VII-a în chakra a II-a, unde este cultivată sub forma unei mingi de foc, tot mai mari, tot mai strălucitoare.



Când practicantul se simte energizat, el lasă energia să-l umple, din vârful capului până în vârful picioarelor. Timp de câteva minute apoi, energia din tadien-ul inferior este dăruită către mâinile aflate în Sha. (În mod asemănător respirației Gassho.)

9. Mudra pagodei

OM HA HUM

Cele trei degete unite cu perechea lor simbolizează misterul trupului, al cuvântului și al gândului. Anunțăm divinitatea că

suntem identici cu ea, ne afirmăm prezența divină. Mudra este în strânsă legătură cu HSZSN, care și el simbolizează o pagodă stilizată și, atât mudra, cât și simbolul, reprezintă punți către iluminare. Gândindu-ne că nu există nici un loc în care El să nu ajungă trecem peste spațiu și timp și putem lucra la distanță, în trecut și în viitor.

Când pregătim palmele pentru terapie, palmele se țin mai aproape de corp, când lucrăm la distanță, ele se pot depărta ușor de corp.

Se poate amplifica efectul vizualizând, pe OM, o sferă de lumină albă în chakra a VI-a, pe HA, o sferă de lumină roz în chakra a V-a, iar pe HUM, o sferă de lumină bleu în chakra a IV-a.

10. Mudra Kai

ON NO-O MA KU SAN MAN DA BA SA RA DAN KAN

Mâinile se țin în Kai, în dreptul chakrei a III-a, în timp ce prin chakra a VII-a se aduce, pe inspir, energie în tandien-ul inferior. Când se atinge nivelul dorit de energizare, energia este dăruită prin mâinile aflate în Kai. Când și mâinile sunt pline de energie, ele se duc la frunte, lipite de al treilea ochi, și se continuă respirația energetică prin intermediul lor în timp ce se vizualizează simbolurile Zonar și Gnosa, apoi orice alt simbol pe care practicantul simte nevoia să-l utilizeze.

În acest mod, se activează al treilea ochi, iar când practicantul simte că a ajuns la nivelul dorit poate despărți palmele și scana

aura altei persoane. (Se trece mai întâi la 5 cm de corpul acesteia, apoi la 10-15 cm. Nu se dă un diagnostic, se face o evaluare energetică, utilă în terapie pentru stabilirea intuitivă şi pe baza senzaţiilor recepţionate a poziţiei pe care vor fi puse palmele.)

Aceeaşi metodă poate fi utilizată şi pentru evaluarea la distanţă, utilizând o fotografie.

Se poate spune că meditaţia pe Zonar şi Gnosa, cu utilizarea acestei mudre, este un fel de „prefix al astralului, al dimensiunilor superioare", iar în continuare putem să formăm „numărul de telefon" al entităţii spirituale superioare cu care dorim să intrăm în contact.

Adică, meditând pe Rama putem intra în contact cu Arhanghelul Mihail, iar meditând pe Om putem intra în legătură cu însuşi Creatorul.

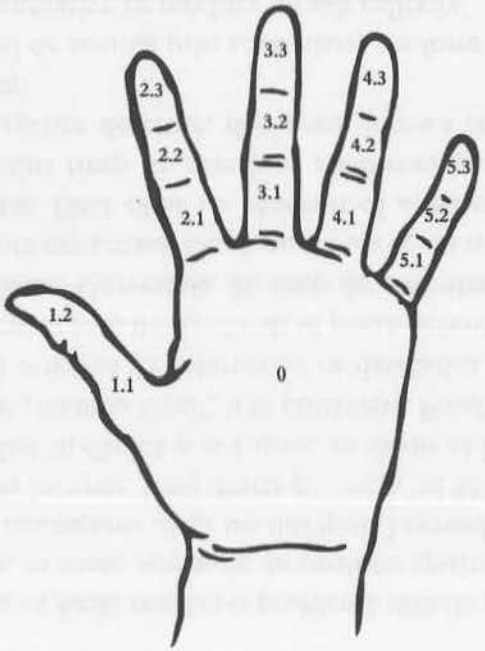
PALMELE NOASTRE DIN PUNCT DE VEDERE SPIRITUAL

Poate că o şi mai bună înţelegere a mudrelor o oferă interpretarea spirituală, budistă, a palmelor noastre. Această hartă poate fi utilă şi celor care se ocupă de reflexologie palmară, dar ea merită să fie un subiect de meditaţie pentru toţi cei care se ocupă de terapie prin punerea palmelor. Pe baza ei ne putem analiza pe noi, gesturile noastre, dar şi pe ceilalţi.

Durerea, îngroşarea pielii, diverse alte senzaţii apărute pe anumite zone ale palmelor noastre pot indica blocaje asociate cu principiile indicate pe harta palmelor.

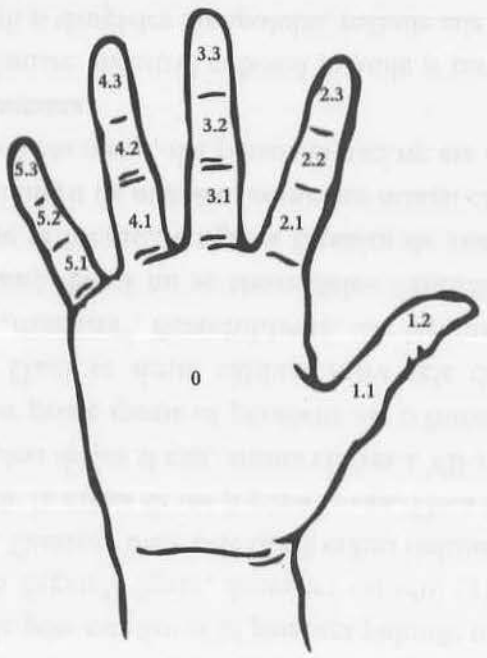
De exemplu, o durere apărută în zona 5.2., stânga, poate semnifica pierderea încrederii în înţelepciune şi cunoaştere.

MÂNA STÂNGĂ



0. *Luna*. Granița cu tărâmul oamenilor.
1.1. *Aer*. Abilitatea de a lua decizii și de a alunga îndoielile. Înțelepciunea.
1.2. Conștiința depinde de simțuri, se manifestă Karma provenită din acțiuni fizice, vorbire și gândire.
2.1. *Vânt*. Hotarul cu tărâmul demonilor.
2.2. Progres prin practicarea meditației.
2.3. Experiența sufletului și înțelepciunea Lunii.
3.1. *Foc*. Hotarul cu tărâmul animalelor.
3.2. Dorințele sufletești.
3.3. Vizualizare prin simțuri, colectarea Luminii.
4.1. *Apă*. Hotarul cu tărâmul fantomelor.
4.2. Regulile și principiile.
4.3. Percepția și capacitatea de respingere.
5.1. *Pământ*. Hotarul cu Iadul.
5.2. Încrederea în înțelepciune și cunoaștere.
5.3. Înțelegerea formelor, acceptarea victoriei.

MÂNA DREAPTĂ



0. *Soarele*. Încrederea și înțelepciunea care duc la creșterea capacității de a lua decizii și de a alunga îndoielile.
1.1. *Aer*. Abilitatea de a lua decizii și de a alunga îndoielile. Meditația.
1.2. *Alb*. Conștiința depinde de simțuri, se manifestă Karma provenită din acțiuni fizice, vorbire și gândire.
2.1. *Vânt*. Meditația în tăcere.
2.2. Progres prin practicarea meditației.
2.3. *Galben*. Experiența sufletului și înțelepciunea Soarelui.
3.1. *Foc*. Iluminarea prin forțe proprii.
3.2. Pacea sufletească.
3.3. *Roșu*. Vizualizare prin simțuri, colectarea Luminii.
4.1. *Apă*. Iluminarea prin respectarea învățăturilor budiste.
4.2. Regulile și principiile.
4.3. *Negru*. Percepția și capacitatea de respingere.
5.1. *Pământ*.
5.2. Lupta în spiritul adevărului.
5.3. *Verde*. Înțelegerea formelor, acceptarea victoriei.

REIJU

Primirea unui Reiju o dată pe săptămână era un element important în pregătirea practicanților Reiki, fiind cu totul altceva decât «acordajul» unic care, pe linia Hayashi-Takata, a devenit procedura uzuală de transmitere.

DON BECKETT

Am spus că Reiki rezolvă o problemă dificilă în toate școlile inițiatice, în toate sistemele de evoluție spirituală, aceea a transmiterii cunoașterii către un discipol. Lucrurile nu au stat așa chiar de la început. Unii dintre pacienții lui Mikao Usui au dorit să rămână în clinică și să-l ajute, au simțit că Reiki, numit probabil doar „metoda Usui", li se potrivește. Fondatorul a dezvoltat atunci o formă de intervenție ce deschidea meridianele energetice pentru ca și discipolii săi să poată deveni canale pentru energia Sursei Universale. Și, timp de o săptămână, aceștia căpătau această capacitate. După care, ceea ce azi numim Reiju, trebuia repetat. Până când s-a observat că aceia care se supuseseră ritualului timp de șase luni rămâneau permanent cu canalele energetice deschise, deci erau, într-un fel, asemenea maestrului lor.

Era un fel de acordaj prin acumulare, conform principiului acumulării cantitative ce produce un salt calitativ.

Azi se utilizează frecvent forma de Reiju dată de maestrul Hiroshi Doi, fondatorul sistemului Gendai Reiki, care este o variantă cu bune rezultate practice.

DESFĂȘURAREA ȘI INTERPRETAREA UNUI GENDAI REIJU

Cel care urmează să primească Reiju stă relaxat pe un scaun, cu ochii închiși și mâinile în mudra Gassho.

Aflat în fața lui, maestrul își ridică mâinile în Gassho și se înclină înaintea discipolului/a persoanei care primește, în semn de respect. Pe urmă ridică mâinile în sus, pentru a se conecta la Sursa Universală, eventual vizualizând-o ca pe o sferă de lumină albă, strălucitoare, aflată undeva la zenit. Coboară apoi această lumină măturând aura discipolului, de o parte și de alta a acestuia, până la nivelul genunchilor, apoi ridică mâinile prin exterior și își plasează palmele una deasupra celeilalte, cu degetele lipite, deasupra capului celui care primește Reiju. Distanța între cele două mâini trebuie să fie egală cu distanța de la mâna de jos și până la cap. Dacă se simte căldura între mâna de jos și cap, atunci chakra a VII-a este curată, deschisă, și se poate spune că persoana are o bună legătură cu divinitatea. Dacă se simte căldură între cele două palme, chakra este „murdară", dezechilibrată, dar legătura cu divinitatea este bună. Dacă nu se simte deloc căldură în primele clipe, înainte să înceapă curgerea fluxului de energie preluat de la Sursă și oferit de maestru, atunci nu numai că chakra este dezechilibrată energetic, dar persoana nici nu are o bună legătură cu divinitatea.

În continuare, maestrul coboară mâinile și ține palmele în dreptul frunții și tâmplelor discipolului, mâinile sale fiind în contact. Printre alte informații ce pot fi primite la acest moment este și aceea a măsurii în care este deschis al treilea ochi. Dar și dimensiunea câmpului mental al persoanei.

Maestrul ține apoi mâinile sale în Mudra Soarelui, la 5–15 cm de fruntea discipolului, și transmite Reiki așa cum ați aflat în capitolul dedicat mudrelor.

Își coboară apoi mâinile și cuprinde între palmele sale mâinile celeilalte persoane. Este momentul în care află, în cazul în care Reiju este oferit unui practicant Reiki, dacă acesta chiar își face zilnic autotratamentul, sau nu prea.

De la nivelul genunchilor discipolului, energia este apoi înapoiată Sursei, maestrul efectuează Gassho și se înclină în semn de respect.

Dintr-un ritual asemănător, poate variante de Usui Reiju, au evoluat toate tehnicile de acordaj pe care le utilizăm astăzi, primul acordaj cu simboluri, în contextul Reiki, fiind probabil gândit de maestrul Hayashi, unul dintre discipolii lui Mikao Usui. Chiar dacă aceste acordaje funcționează, nu trebuie să renunțăm la Reiju, la această primă formă de transmitere a capacității de a practica Reiki. Fie că este vorba de Gendai Reiju, fie de o altă variantă. De altfel, cei care primesc la începutul cursului un Reiju, simt mult mai puțin acordajele clasice, cu simboluri, semn că Reiju le depășește din punct de vedere energetic.

Este un bun moment pentru a discuta diferența dintre acordaj și inițiere. Dacă ne gândim la mersul pe jăratic, acordaj înseamnă să ți se explice că trebuie să folosești lemn fără rășină, că e bine să faci asta seara, ca să fie mai impresionant, că, atunci când se face o spuză cenușie deasupra, temperatura, la atingerea stratului de jăratic nu trece de 80 de grade, plus o serie de sfaturi care să te mobilizeze, plus un „masaj" la tălpi care să te ajute să reziști. Iar pe jăratic vei păși atunci când ești tu pregătit, de unul singur. Inițierea, în schimb, presupune un

mai lung antrenament, o pregătire pe toate planurile, fizic, emoțional, mental și spiritual, iar maestrul va păși alături de tine pe jăratic.

Din acest punct de vedere, Reiju este mai degrabă o inițiere decât un acordaj.

SURSA UNIVERSALĂ

Toate sistemele, şcolile şi tehnicile Reiki presupun existenţa acestei Surse Universale, dar, ca şi în cazul evoluţiei spirituale, puţini au curajul de a o defini. În funcţie de spaţiul cultural şi/sau religios din care provine practicantul, ea este asimilată cu Duhul Sfânt, spre disperarea justificată a Bisericii, sau cu o sursă de energie *exclusiv* Reiki, scoasă în afara oricărui sistem ontologic existent.

Nici despre energia Reiki în sine nu există o opinie unitară, iar extinderea sistemelor, amalgamarea de tip New Age a conceptelor, în loc să ducă la clarificarea problemei a provocat o ostentativă evitare a acesteia prin indicarea a nenumărate „surse", fiecare cu proprietăţile ei, nu de puţine ori tratate „ierarhic".

Deşi se poate lucra foarte bine cu o Sursă Universală vizualizată ca sferă de lumină albă-strălucitoare, amplasată la zenit, adică la infinit deasupra capului nostru, nu strică să ne oprim o clipă asupra acestui subiect. Mai ales că, fără să ieşim din cadrul Reiki, o să ajungem să lucrăm şi cu o lumină auriu-strălucitoare, sau cu razele vindecătoare ale pământului, ale apei, ale entităţilor spirituale superioare etc.

Definiţia acceptabilă şi suficientă este aceea că Sursa Universală este Sursa Universală a Vieţii, adică lucrăm cu energia vieţii întru susţinerea vieţii, afirmaţie incontestabilă, perfect valabilă. Şi care nu contrazice nici ştiinţa, nici religia.

Şi, cum energia vieţii a înglobat şi este o dezvoltare „organică" a tuturor energiilor existente, consider util şi necesar să postulăm existenţa unei Surse Universale UNITARE (doar Întregul este scop şi mijloc în terapiile complementare, indiferent de proveniența acestora!), care cuprinde energia „vindecătoare" a pământului, dar şi a compasiunii, a tot ceea ce ne este dat.

Iar practica ne dovedeşte că energia este disponibilă, prezentă peste tot, că ea nu „ajunge" în orice loc, ci „apare" în orice loc, ca şi cum am fi cufundaţi permanent în această Sursă Universală.

„Apare" în orice loc este perfect sinonim cu „izvorăşte". Tot complexul energie-materie are o sursă unică, Merkaba Primordială, cu un loc bine definit în timp şi în spaţiu, chiar dacă noi nu-l cunoaştem exact, dar nu acea sursă este Sursa Universală cu care lucrăm în Reiki, la ea se raportează doar anumite tehnici din Shamballa MDH sau din alte sisteme. Energia izvorăşte în orice punct pentru că în orice punct se petrece permanenta trecere a energiei din dimensiunile superioare către cele inferioare.

Atunci, dacă ea se află peste tot, de ce să o plasăm la infinit, deasupra capului? Pentru că, psihologic dar şi energetic, în acest fel determinăm o „cădere", o diferenţă de potenţial care ne permite mai buna coordonare a energiei, iar poziţionarea la zenit oferă alinierea cu meridianul energetic central, cel în care dorim, pentru început, să aducem această energie.

Această energie a vieţii se manifestă la cele patru niveluri. Se poate vorbi despre energia vieţii care poartă informaţiile constructive la nivel fizic, emoţional, mental sau spiritual, în plan fizic coordonând metabolismul, în plan emoţional gestionând stările psihice, în plan mental amorsând gândirea, iar în plan spiritual trezind subconştientul.

Putem numi „Reiki" toate sistemele care utilizează în mod indirect, ca preluată de la Sursa Universală, energia vieţii, indiferent

de nivelul la care o fac – fizic, emoțional, mental sau spiritual. Consider că Reiki tradițional opera la toate aceste niveluri.

De altfel, și stările asociate acestei energii, care gestionează pachetele de informație amintite, sunt, în mod tradițional, legate de acestea. Vorbim de curățenie la nivel fizic, de iubire la nivel emoțional, de compasiune la nivel spiritual, de împăcare/acceptare la nivel mental.

Este un fel de a spune că lucrăm cu aceste energii, de fapt lucrăm cu informația purtată de acest suport, informație perfectă, de natură „divină", care ne permite să vorbim despre „inteligența" energiei Reiki. Aberant însă este să susținem că această energie, indiferent de cât de multă și de cât de utilă este informația pe care o poartă, ar avea și conștiință de sine. Niciodată nu o să ridice două degete și să strige: „Hei, eu sunt aici, energia Reiki!"

Acordajul și tehnicile primite prin inițiere exoterică sau esoterică permit la un prim nivel optimizarea circuitului energetic al practicantului pentru ca acesta să poată, ulterior, să recepționeze, să filtreze, să interpreteze și să ia decizii pe baza informației conținute.

Lucrăm în Reiki cu „energie neinformată" nu pentru că aceasta nu ar conține informație, ci pentru că nu implementăm noi informație suplimentară, așa cum fac o serie de alte școli spirituale și terapeutice. Ceea ce nu înseamnă că Reiki ar fi „rudimentar", ci că Reiki respectă viața așa cum este dată, încercând să optimizeze ceea ce prin naștere ne este oferit și noi adeseori distrugem. Păstrând lucrurile simple și naturale, pentru ca *oricine* să le poată folosi, pentru ca *toți* practicanții să fie protejați, cât timp respectă principiile, descoperim adevărata valoare a sistemului.

Rămâne de discutat cine generează energia, informația din acest sistem aparent perfect. Atât în prezenta lucrare, cât și în *Irealitatea imediată*, sunt suficiente sugestii pentru cei care țin morțiș să afle.

REIKI, O TERAPIE PRIN PUNEREA PALMELOR

După primirea acordajului, noul practicant Reiki trebuie să învețe pozițiile pentru autotratament, să verifice pe pielea lui cum funcționează această terapie prin punerea palmelor.

Nu trebuie să uităm niciodată că Reiki a fost, este și va fi o terapie prin punerea palmelor. Ele sunt uneltele, dar și „ochii" practicantului, cu ele simțim deficitul energetic din corpul nostru sau al altora, prin ele transmitem energia de la Sursă și tot cu ele trasăm simbolurile, practicăm mudrele și, de ce nu, „gândim".

Pozițiile clasice de punere a mâinilor, pe cap, trunchi-față și trunchi-spate, apoi pe picioare sunt importante, ușor de ținut minte, dar cel mai important lucru este să ajungem să punem palmele acolo unde „simțim" că trebuie, acolo unde „știm" că trebuie puse.

Dacă pozițiile tradiționale se învață, apoi, pe măsură ce căpătăm experiență, se rafinează (pentru că aflăm mai exact unde sunt chakrele, de exemplu), celelalte depind de experiență, dar și de dezvoltarea personală. Este absolut necesar să fie exersată diagnosticarea/evaluarea prin punerea palmelor, prin scanare la câțiva centimetri, pentru ca, în timp, să crească sensibilitatea palmelor. Utile în acest sens sunt anumite mudre care deschid, practic, chakrele palmelor și oferă posibilitatea analizării informației primite.

În mod uzual, senzațiile sunt de căldură, vibrație sau apăsare, dar sunt posibile și altele. În timpul terapiei, se simte căldura metabolică, dar, pe lângă ea, mai apare o senzație de „căldură", asociabilă cu o „lumină" ce poate fi văzută cu ochii mijiți, așa cum se face la vederea aurei corpului, această a doua senzație fiind de urmărit. Ea apare după căldura metabolică, crește, atinge un platou, apoi scade. În acest moment s-a încheiat un ciclu și se poate trece la următoarea poziție, sau se poate rămâne pe loc, până trec 3–5 cicluri.

Palmele se pot pune atât una lângă alta, cât și suprapuse, eventual cu un „sandviș" de simboluri între ele.

Tehnica punerii palmelor în autotratament

Pozițiile care urmează fac parte din trei suite de bază în autotratamentul prin punerea palmelor. În prezent, ne raportăm în descrierea lor la sistemul chakrelor principale, dar să nu uităm că Mikao Usui, ca și prima generație de discipoli ai săi, utilizau sistemul celor trei tandien-uri, inferior, mijlociu și superior, ce corespund, într-un fel, cu chakrele a II-a, a IV-a și a VI-a.

Chakrele pornesc, de fapt din canalul central, unde se află „nodul" chakrei, „roata" care se vede la suprafața corpului fiind, de fapt, intersecția conului generat de chakră cu suprafața corpului. Din canalul central, chakrele trimit conuri frontal și dorsal. În practică, ne referim la locul de pe suprafața corpului, în care vedem manifestarea energiilor. Tandien-urile reprezintă centrele de greutate ale acestor conuri.

Încă o dată: este vorba de o terapie care pune locul cu pricina, organul, chakra, în stare naturală de vindecare, nu noi vindecăm!

Poziţii clasice

1. Palmele acoperă ochii şi fruntea – se energizează, se curăţă şi se echilibrează ochii, glanda pineală şi emisferele cerebrale. În toate poziţiile care urmează, scopul principal este *curăţarea, energizarea şi echilibrarea* chakrei şi a organelor pe care aceasta le guvernează la nivel energetic. În prima poziţie lucrăm asupra chakrei a VI-a, dar şi asupra tandien-ului superior. Primele trei poziţii, de cap, acţionează asupra acestui tandien ce guvernează, printre altele, capacităţile „paranormale". Pentru dezvoltarea clarviziunii, a claraudiţiei şi a celorlalte „simţuri" prin care colectăm informaţii din dimensiunile superioare, aceste trei poziţii sunt extrem de utile.

2. Palmele acoperă tâmplele, iar degetele mari pot fi puse în spatele urechilor. Pe lângă cele amintite la punctul 1, se echilibrează raţiunea cu imaginaţia. Nu trebuie să fim nici total aerieni, nici pe deplin ancoraţi în problemele lumii materiale, ci undeva la mijloc. Un efect benefic apare în cazul unei urechi bolnave, sau în cazul problemelor stomatologice.

3. Palmele se pun pe spatele capului, rostul fiind acelaşi ca şi în cazul primei poziţii, doar că se acţionează asupra reprezentării dorsale a chakrei a VI-a. Poziţia este extrem de eficientă în cazul durerilor de cap, a tulburărilor la nivelul hipofizei şi pentru îmbunătăţirea vederii.

4. Palmele se pun pe gât, fie în faţă şi în spate, fie din lateral, ca un guler. Pe lângă efectul asupra chakrei a V-a, a tiroidei şi laringelui, se urmăreşte îmbunătăţirea comunicării. Atât a capacităţii de a vorbi, dar şi a aceleia de a asculta! În plus, în cazul în care există piedici puse de alţii asupra capacităţilor noastre de a comunica, acestea vor fi îndepărtate, sau, cel puţin, o să devenim conştienţi de ele. Mai mult, chakra gâtului este şi chakra materializării, deci ajungem „să realizăm" dacă ştim „să vorbim".

5. Palmele se pun pe chakra inimii. Efectul asupra chakrei a IV-a sau a tandien-ului mijlociu este extrem de important nu numai pentru inimă şi thymus, ci şi pentru „suflet", „motorul" care ţine în viaţă „spiritul" nostru. Asupra atractorului care duce la ridicarea energiei Kundalini. O puternică dezenergizare la acest nivel poate afecta grav viaţa persoanei, sub toate aspectele. De asemenea, o dezechilibrare a tandien-ului mijlociu are efecte majore asupra corpului emoţional. Lipsa de energie la acest nivel se manifestă prin „lipsa de voinţă" de a face lucruri pe care le facem de obicei şi ne sunt necesare.

6. Palmele se pun pe ficat şi pe splină. În afară de tratamentul aplicat acestor două organe se lucrează asupra câmpului vital, asupra câmpului protector, a cărui „cădere" este semnalată prin lovirea de obiectele din jur. Cât timp acest câmp este în parametri normali, simţim mediul înconjurător şi ne putem feri de obiectele care se află în apropiere. Lipsa de enegie la acest nivel se manifestă prin „lipsa de putere" de a face lucruri pe care, altfel, am dori să le facem.

7. Palmele se pun pe chakra a II-a, tandien-ul inferior, imediat sub buric. Dacă necesară este şi tratarea organelor sexuale şi a tensiunilor legate de funcţionarea acestora, atât în plan fizic, cât şi în plan superior, lucrul asupra tandien-ului inferior duce la cultivarea „esenţei", a energiei şi informaţiei originare pe care am primit-o la naştere, prin ADN, de la părinţi. Cât timp tandien-ul inferior este energizat şi echilibrat, metabolismul nostru este optim, ADN-ul nu dă erori la multiplicarea celulară şi sunt îndepărtate bolile provocate de proasta funcţionare a acestuia. Totul este o verificare şi o corectare a informaţiei, la nivel energetic.

8. Palmele sunt puse pe zona inghinală, cu vârfurile degetelor orientate către zona aflată între anus şi organele sexuale. Chakra rădăcinii asigură împământarea şi legătura cu energia

vindecătoare a Pământului, este o „poartă" energetică la fel de importantă ca și chakra coroanei și nu trebuie neglijată.

9. Palmele sunt puse pe umeri, cu vârfurile degetelor orientate în lungul coloanei vertebrale. Aici tratamentul nu se face atât locului unde stau mâinile noastre, cât tuturor chakrelor de pe spate, în lungul coloanei, lăsând energia să curgă prin vârfurile degetelor.

10. Palmele sunt puse, cu dosul lor, la baza plămânilor, pe spate. I se poate spune și „poziția fumătorului", ținta fiind baza plămânilor, acolo unde se strânge gudronul, dar poziția este bună și pentru toate bolile de plămâni. În plus, și nefumători fiind, în plămânii noștri ajung numeroase alte substanțe dăunătoare și puțini oameni știu să respire cu adevărat, statul pe scaun, la birou, ore în șir, fiind și el un obstacol.

11. Palmele sunt puse pe rinichi, locul din care izvorăște energia vitală. În general, terapia Reiki urmărește, într-o primă fază, eliminarea energiilor negative și susținerea aparatului excretor, de aceea poziția nu trebuie „uitată". În primele 21 de zile după acordaj, corpul fizic trece printr-o etapă de puternică detoxifiere și rinichii trebuie susținuți în acest proces. Este și motivul pentru care trebuie să bem cel puțin doi litri de apă pe zi.

12. Palmele sunt puse pe coccis, la baza coloanei vertebrale. „Tăierea" șarpelui Kundalini are loc mai ales la acest nivel și duce la imobilizare la pat, însoțită de dureri puternice, de aceea locul trebuie curățat, energizat și echilibrat permanent.

13. Palmele se pun pe genunchi, curățându-se canalele prin care energiile negative se scurg spre pământ.

14. Palmele se pun pe glezne, cu același scop ca mai înainte, plus energizarea locală. Stagnarea energiei și a informației negative deasupra nivelului gleznelor duce la apariția varicelor.

15. Palmele se pun pe chakrele tălpilor, pentru a le deschide, atât în scopul împământării, necesară pentru păstrarea contactului cu lumea fizică, cât și pentru asigurarea scurgerii energiilor negative.

Pozițiile clasice pentru autotratament sunt și poziții pentru tratamentul aplicat altor persoane, cu mici variațiuni.

În afară de autotratament, atât pentru noi, cât și pentru alte persoane, mai sunt utile o serie de tehnici de terapie prin punerea palmelor. Ele sunt preluate din diverse sisteme Reiki, sau aparțin autorului, și sunt verificate în practică.

TEHNICA ECHILIBRĂRII CHAKRELOR

Această tehnică, dezvoltată în cadrul sistemului Shamballa MDH, asigură echilibrarea între chakre, un obiectiv important deoarece, chiar curățate și energizate fiind fiecare în parte, noi o să funcționăm armonios numai în măsura în care există un echilibru între ele, ca și între corpurile noastre, fizic, emoțional, mental și spiritual.

Se pornește cu o mână pe chakra a VII-a, a coroanei, și cu o alta pe frunte, pe chakra a VI-a, ținându-se palmele până când senzațiile sunt asemănătoare – aceeași căldură, vibrație, apăsare. Pe urmă, palma de pe chakra a VII-a rămâne pe loc, iar cealaltă coboară din chakră în chakră, până la a II-a, stând în fiecare nouă poziție atât timp cât este nevoie pentru echilibrare. Să nu vă mirați dacă persoana căreia îi aplicați tehnica adoarme. Echilibrul înseamnă și siguranță, iar mulți nu au un somn odihnitor din cauză că nu se simt în siguranță.

TEHNICA RIDICĂRII ŞARPELUI KUNDALINI

Ridicarea şarpelui Kundalini până în chakra coroanei însoţeşte iluminarea (fără să reprezinte „exact" acelaşi lucru!), fiind suportul fizic necesar, dar nu obligatoriu şi nici suficient.

În Reiki nu vorbim de post, cel mult de o alimentaţie sănătoasă, nu conversăm cu divinitatea, ci ne concentrăm pe faptele bune amintite în principii şi folosim punerea palmelor şi aplicarea simbolurilor ca metode de obţinere a acestui rezultat – încă un loc în care pragmatismul sistemului este evident.

Se porneşte cu ambele palme puse pe tandien-ul inferior, chakra a II-a (şi, nu trebuie să uităm, doamnele cu dreapta pe corp, domnii cu stânga). Şi se stă în această poziţie timp de cel puţin 5 minute, până când regiunea bazinului inferior se încălzeşte şi o simţim puternic energizată. Efectul este mai rapid dacă aplicăm CKR pe chakra a II-a şi dacă utilizăm respiraţia de bază din Reiki. Atins obiectivul amintit, mâna aflată deasupra se mută pe tandien-ul mijlociu, chakra a IV-a, cealaltă rămânând pe loc, şi se stă aşa până când senzaţiile din cele două palme sunt similare. Efectul este mai puternic dacă se vizualizează SHK pe chakra a IV-a. În acest moment, am adus şarpele Kundalini până la nivelul chakrei inimii.

Lăsăm palma de pe chakra a IV-a şi o ridicăm pe cea de pe chakra a II-a, punând-o pe frunte, pe tandien-ul superior. Rămânem aşa tot până când senzaţiile din cele două palme sunt asemănătoare. Efectul va fi mai puternic dacă vizualizăm HSZSN pe chakra a VI-a. Şarpele Kundalini a fost ridicat până la nivelul tandien-ului superior.

Pentru a-l menţine aici, ducem mâna aflată pe chakra inimii pe spatele capului, pe chakra a VI-a, proiecţia ei dorsală, şi stăm aşa încă 5 minute, vizualizând DKM în chakra a VII-a.

Este posibil să simţiţi furnicături pe spate, sau alte senzaţii „ciudate" – încercaţi să le dirijaţi în sens ascendent. Este posibil şi să aveţi scurte viziuni, percepţii extrasenzoriale etc.

După această puternică energizare şi ascensiune a şarpelui trebuie să trecem la fixare şi echilibrare. În acest scop, o să stăm câte 5 minute în poziţiile clasice de autotratament de la gât, inimă, ficat-splină, apoi revenim cu palmele, una peste alta, ca la început, pe chakra a II-a.

Tehnica poate fi realizată cel mult de două ori pe zi până când se obţin primele rezultate. Ca terapie, se poate aplica altor persoane numai cu acordul avizat al acestora, deci numai celor iniţiate în Reiki, Qi Gong sau alte tehnici energetice dedicate şi evoluţiei spirituale.

TEHNICA DEPROGRAMĂRII MENTALE

Există o strânsă legătură între gândurile noastre şi starea de sănătate, iar un mod de a gândi sănătos este un prim pas şi pe calea evoluţiei spirituale. Eliminarea tiparelor de gândire negative devine, astfel, un obiectiv major.

Tehnica se realizează în mod asemănător pentru noi şi pentru o altă persoană şi face parte din aşa-numitele „tehnici japoneze".

Punem o palmă pe spatele capului, eventual stânga, iar cu dreapta trasăm HSZSN, SHK şi CKR în dreptul frunţii, apoi „presăm" simbolurile în al treilea ochi. Mental, rostim de trei ori afirmaţia necesară, prin care eliminăm comportamentul negativ şi îl înlocuim cu un altul, pozitiv. De exemplu, „în loc să mănânci ciocolată, o să mănânci mere". Trebuie să oferim o alternativă din aceeaşi categorie de activităţi, doar că una benefică. Nu putem afirma „în loc să mănânci ciocolată o să faci alpinism"... Atenţie! Unele comportamente negative trebuie bine

analizate. Alcoolismul nu înseamnă doar ingerarea de băuturi alcoolice, deci nu propunem doar consumarea de suc de fructe în loc de vin, ci și căutarea unor parteneri de discuție, refugiul din fața singurătății, așa că „în loc să bei prin cârciumi, o să joci fotbal cu prietenii" poate fi o afirmație mai eficientă. La fel, jocurile de noroc și intrarea în cazinou nu se datorează numai patimii câștigului, ci au ca punct de pornire și dorința de a epata. Cazinoul poate fi înlocuit în acest caz cu mersul la operă, la teatru.

După circa 5 minute, lăsați pe loc palma de pe spatele capului și luați palma de pe frunte, repetați de trei ori afirmația și rămâneți așa încă 5 minute.

TEHNICA UTILIZATĂ ÎN DEZINTOXICARE

Uneori cu bună știință, alteori accidental, consumăm alimente ușor alterate, facem abuz de alcool, de mâncăruri prea grase, de tutun. Fără să renunțăm la alte soluții pentru dezintoxicare și fără să încercăm astfel să eliminăm o otravă – pentru așa ceva trebuie să apelăm imediat la medic –, putem utiliza tehnica de dezintoxicare. Chiar și fără abuzuri, o putem aplica toți primăvara, când organismul are nevoie de o detoxifiere mai puternică.

Se pune o palmă pe tandien-ul inferior și o alta pe tandien-ul superior. Rostim mental, de trei ori, o afirmație de genul: „Aplic această tehnică pentru a îndepărta toxinele din corpul meu". Stăm așa până când senzațiile din cele două palme sunt asemănătoare. Cu cât intoxicația este mai puternică, cu atât timpul va fi mai lung. Pe urmă coborâm palma de pe frunte peste cealaltă și rămânem așa tot atât timp cât a durat prima poziție.

TEHNICA ECHILIBRĂRII EMISFERELOR CEREBRALE

Echilibrarea emisferelor cerebrale este simplă și eficientă, permițând armonizarea energiilor dintre cele două emisfere ale creierului, ceea ce-i va face pe cei „cu capul în nori" să revină cu picioarele pe pământ, iar pe cei extrem de raționali, obsedați de cartezianism, să accepte metafizica. Tehnica poate fi folosită și pentru a ușura sau înlătura durerile de cap.

Când lucrăm asupra unui client, acesta stă relaxat pe un scaun, iar noi ne poziționăm în spatele lui. Ne conectăm apoi la energia vindecătoare a pământului și o lăsăm să ne pătrundă prin picioare, corp și mâini. Este bine să urmărim cum aceasta urcă de fiecare dată când inspirăm.

Punem ușor mâinile pe tâmplele persoanei, deasupra urechilor, apoi canalizăm energia pământului printr-o singură mână, trecând-o prin creierul persoanei către cealaltă mână. Cea de-a doua mână trebuie să fie neutră și receptivă, ca să simtă energia ajunsă de la mâna care trimite energie. Sesizăm cât de ușor sau de dificil curge energia prin creierul celeilalte persoane. Este bine să trimitem energia pe fiecare expir.

Continuăm canalizarea energiei într-un singur sens până când simțim energia în mâna receptoare, după care schimbăm sensul.

Alternăm trimiterea de energie prin creier până când rezistența pe care o percepem între mâini va fi aceeași din ambele sensuri.

Echilibrarea durează cam 3–5 minute și poate fi repetată zilnic.

Putem întreba persoana asupra căreia lucrăm unde se simte căldură, energie sau apăsare. Dacă simte în dreptul mâinii cu

care emitem, este echilibrată, dacă nu, trebuie să insistăm asupra procedeului.

Dar Reiki nu este numai terapie prin punerea palmelor, este mult mai mult decât asta şi ne putem apropia, treptat, de orizonturile superioare încercând să ne dumirim asupra simbolurilor.

SIMBOLURILE REIKI

Dacă observăm că simbolismul îşi are fundamentul în natura însăşi a fiinţelor şi a lucrurilor, că se află în perfectă conformitate cu legile acestei naturi, şi dacă ne gândim că legile naturale nu sunt de fapt decât o expresie, ca un fel de exteriorizare a Voinţei divine, acest fapt nu ne permite oare să afirmăm că simbolismul este de origine «nonumană»[...]?

RENÉ GUÉNON

Reiki nu este singurul sistem în care sunt utilizate simbolurile, iar această introducere în „mini-teoria simbolului" este valabilă pentru toate, fie că se află, fie că nu se află la frontierele Reiki.

Pentru a înţelege cu adevărat ce este simbolul şi de ce ajunge el să fie utilizat în diverse scopuri, trebuie să vedem *cum apare un simbol*, care este „etimologia" simbolurilor. Putem identifica împreună patru mari categorii de simboluri după modul în care ele au apărut.

CLASIFICAREA SIMBOLURILOR

Simboluri-text

Pentru a fi păstrat, cuvântul sacru (sau instrucţiunea) este conservat prin scriere. Poate că avem acces la limba în care este scris, poate că ea este uitată, moartă, oricum străină, dar, în timp,

modul în care este scris acel cuvânt sacru (sau text mai amplu) se grafizează, capătă o existență de sine stătătoare, devine un obiect, o mandală, iar informația din textul originar, intenția textului originar, se perpetuează în paralel cu imaginea simbolului-text. El a pornit în lume ca manifestare a puterii cuvântului, dar ajunge să fie un simbol arhetipal. Puterea lui, acțiunea lui, este aceea pe care cuvântul inițial o avea asupra energiei și a informației. Bune exemple ar fi Dai Ko Myo, Om, Hon Sha Ze Sho Nen.

Simboluri-intenție

Dorind să gestioneze energia și informația într-un anumit fel (nu cu mult diferit de un indicator rutier, de exemplu), un inițiat desenează el simbolul având intenția de a-l utiliza într-un anumit scop. Dacă dorește și reușește să-l transmită mai departe, simbolul intră în circulație. Acțiunea lui va fi aceea pe care inițiatul o stăpânea, o exersa și o abstractiza prin simbol. Un exemplu ar fi simbolurile din Ama Deus.

Simboluri-energie

Energia circulă după anumite reguli, are puncte preferate în care oferă spre „lectură" informația pe care o poartă. Reproducerea acestor trasee tip, accentuarea relației între punctele amintite, devine un simbol-energie, un simbol care acționează prin determinarea locală a acțiunii dorite. Exemple potrivite sunt Crucea, Infinitul, Antahkarana.

Simboluri-revelate

Chiar dacă toate simbolurile au în ele o parte din manifestarea intenției divine, uneori simboluri anume sunt oferite direct, în meditație, în vis, cu tot cu numele/mantra și modul lor de utilizare. Nu de puține ori, ele sunt simboluri ce pot fi interpretate ca „numere de telefon" ale unor entități spirituale superioare. Exemple potrivite sunt Harth și Rama.

Cel puțin la început, practicanții de Reiki nu reușesc să deosebească efectele și rostul simbolurilor. Unele par simple, altele mai complicate, dar dincolo de cele despre care se specifică în clar că sunt simboluri „de inimă", „de comunicare", „de deschidere a chakrelor" etc., bună parte dintre simboluri, uneori chiar cele elementare, rămân „suspecte", toate par să aibă rolul de a conecta la Sursă și atât.

Pentru început, trebuie lămurită acțiunea a trei categorii de simboluri care permit și favorizează acțiunea celorlalte. Este vorba de simbolurile de *orientare* către Sursă, de *armonizare* cu Sursa și de *alimentare* de la Sursă.

Simboluri de orientare către Sursă

Majoritatea sistemelor Reiki încep prezentarea suitei lor de simboluri cu acelea „de putere" sau „de conectare" la Sursă. Prin ele, practicantul declară categoria de energii cu care dorește să lucreze și se *orientează* către Sursă în sensul că își definește „traiectoria" optimă către aceasta și alege aspectul Sursei cu care dorește să lucreze.

Exemplul clasic este CKR, care orientează către Sursa Universală și declară intenția de a lucra cu energia vindecătoare a pământului (ca element) și de a avea acces la Lumina alb-strălucitoare. La fel, Zonar orientează către Sursa Universală și declară intenția de a lucra cu energia compasiunii (frecvența optimă a vieții) și de a avea acces la Lumina auriu-strălucitoare. Un alt simbol, Infinitul, orientează către Sursa Universală și declară intenția de a lucra cu întregul pachet de energii accesibil prin merkaba și de a avea acces la Lumina curcubeului.

Din momentul acestei orientări către Sursă și al acestei declarații de intenție, legătura noastră cu Sursa este mai bună și avem un acces mai bun la pachetul de energii dorit.

Este bine, dar nu este suficient!

Simboluri de armonizare cu Sursa

Pentru a lucra cu Sursa Universală, pentru a deveni un canal perfect, trebuie să ne şi armonizăm cu ea, să intrăm pe aceeaşi frecvenţă, să percepem corect şi informaţia purtată, nu numai prezenţa energiei purtătoare.

Un exemplu clasic este SHK, simbolul de armonie din Reiki Usui (şi nu numai), care ne armonizează cu energia vindecătoare a pământului, cu Lumina alb-strălucitoare. Acelaşi lucru îl face Halu, care ne armonizează cu energia compasiunii şi cu Lumina auriu-strălucitoare.

Armonizare înseamnă mai mult decât capacitatea de a fi canal al Luminii, înseamnă şi o mult mai bună comunicare cu Sursa, deschiderea noastră pentru a primi informaţii de la Sursă, utile în etapa de evaluare a persoanei sau a evenimentului asupra căruia lucrăm.

Simboluri de alimentare de la Sursă

Ne-am orientat, ne-am armonizat, nu ar fi bine acum să creştem debitul de energie?

Se poate lucra şi fără ele, orientarea şi armonizarea fiind suficiente pentru un aport suplimentar de Lumină (aşa cum se face până la gradul al II-lea), dar procesul poate fi optimizat.

Această „creştere a debitului" o fac, în general, aşa-numitele „simboluri de maestru" din familia Dai Ko Myo.

ÎNVĂŢAREA SIMBOLURILOR, MEDITAŢIA PE SIMBOL

După ce s-a primit acordajul pentru un simbol, acesta poate fi folosit la capacitate maximă după ce se face (până ne reuşeşte deplin) meditaţia pe simbol. Meditaţia este simplă şi constă în vizualizarea simbolului alb pe un fond întunecat. Totul din poziţia de meditaţie preferată, eventual în Gassho, cu ochii închişi, într-un spaţiu curăţat şi protejat, ca pentru orice altă meditaţie.

Simbolului astfel vizualizat i se trimite energie până când devine alb-strălucitor şi susţinem câteva minute această imagine. Mai toată lumea îşi poate imagina un simbol alb pe fond negru, dar transformarea în lumină alb-strălucitoare este ceva mai dificilă, iar scopul este menţinerea acestei imagini.

Meditaţia are ca scop implementarea în câmpul-A, pentru a putea fi utilizat ulterior prin vizualizare direct pe locul dorit. Activarea şi aplicarea simbolurilor prin vizualizare într-un loc anume este eficientă numai după ce s-a reuşit meditaţia pe simbol.

În plus, în cursul meditaţiei, o să descoperim că nu toate simbolurile sunt „albe", ci au tot felul de irizaţii colorate care, şi după codul de culori al chakrelor, dar şi după altele, ne pot sugera rostul profund al simbolurilor.

O bună meditaţie pe simbol este întâlnită în Karuna Ki, meditaţia cu mudra Sha, când, după ce se efectuează energizarea mudrei prin tehnica de respiraţie cu Lumină, se meditează pe Zonar şi Gnosa, apoi pe simbolul dorit. Alte meditaţii pe simbol eficiente sunt acelea din Seichim în 7 nivele, când energizarea simbolului este mult mai uşor de făcut dacă sunt respectaţi paşii indicaţi:

Staţi relaxat, cu spatele drept, cu tălpile picioarelor pe sol şi mâinile în Gassho. Închideţi ochii şi respiraţi lent, încercând să vă detaşati de tot ceea ce vă înconjoară. Simţiţi cum energia vieţii coboară şi vă învăluie. Permiteţi-i să curgă în corpul vostru, să cureţe şi să energizeze câmpurile energetice şi aura. Urmăriţi cum energia luminoasă a vieţii alungă toate energiile care nu vă sunt benefice. Simţiţi cum corpul dumneavoastră devine pur, curat, imaculat. Vizualizaţi cum întreg corpul dumneavoastră este scăldat de o energie care cuprinde toate culorile curcubeului. Pe inspir aduceţi această energie prin chakra coroanei până în chakra inimii. Simţiţi cum aceasta devine mai luminoasă, mai energizată,

cum se deschide ca petalele unei flori. Pe expir, dăruiți această energie întregului Univers. Se va întoarce însutit la dumneavoastră atunci când veți avea nevoie de ea.

Vizualizați simbolul infinitului deasupra chakrei coroanei și lăsați energia Seichim să intre până în chakra inimii, unde va lucra pentru binele nostru. Lăsați această energie să vă modeleze până când atingeți perfecțiunea. De abia acum înțelegeți ce înseamnă Seichim. Lăsați energia să circule în tot corpul ca să atingeți echilibrul, pacea și armonia. Ați devenit una cu sursa energiei luminoase a vieții. Mențineți cât puteți de mult această stare.

Când ați terminat, mulțumiți pentru darul primit și reveniți încet la starea conștientă. Scuturați mâinile și picioarele.

UTILIZAREA SIMBOLURILOR

Utilizarea simbolurilor este la îndemâna oricui a primit acordajul pentru sistemul de care ele aparțin. După acordaj, eficiența cu care le folosim depinde, totuși, de modul în care știm și putem să le utilizăm, de cât de puțin greșim. Nu se poate spune că trasarea rapidă și rostirea într-o doară a mantrei/numelui simbolului face ca el să nu mai funcționeze – deși mulți maeștri atenționează la acest mod cursanții, în scop didactic. După acordajul pe simbol, nu mai putem spune: „funcționează/nu funcționează", ci putem să ne preocupăm de cât de bine funcționează.

Trasarea simbolului trebuie făcută cu lentoarea și eleganța mișcărilor din Tai Chi, acela fiind ritmul ideal. De asemenea, simbolul poate fi aplicat mental, prin vizualizare, numai după ce s-a făcut meditația pe simbol. Foarte adevărat este că ele pot fi trasate și cu vârful nasului, dar trasarea cu chakra palmei este cea mai eficientă, urmează apoi varianta trasării cu cele trei degete lipite (așa cum ne închinăm), iar forma încă acceptabilă este aceea cu degetul mijlociu.

O altă eroare uzuală este utilizarea „la grămadă" a simbolurilor, considerându-se că singura diferență între ele este una de putere, în sensul că simbolul de maestru este „mai puternic" decât cel pentru vindecarea emoțională, care și el îl întrece pe cel de putere, fără a ține cont de menirea acestora, de clasificarea lor, de corpul asupra căruia acționează.

Este bine ca simbolul să fie trasat după ce s-a inspirat energia prin chakra a VII-a până în a II-a, apoi a fost dirijată, pe expir, către mâna cu care trasăm simbolul. Alimentate de energia din tandien-ul inferior, simbolurile vor fi mai puternice, sau, mai bine spus, intenția noastră va fi mai bine exprimată.

Există și posibilitatea de a „retrage" simbolul după ce el și-a îndelinit menirea, pentru ca prezența lui (eventual a mai multora) să nu afecteze persoanele mai sensibile până în momenul în care el, oricum, se va „dizolva". Tehnica e simplă: se trasează simbolul cu cealaltă mână decât aceea cu care a fost aplicat, apoi energia acestuia este trasă în tandien-ul inferior prin inspir (și numai pe inspir!), apoi se pun palmele pe tandien-ul inferior și se stă așa câteva clipe.

SIMBOLURI PRINCIPALE

Superioritatea trăirii simbolice a lumii stă în faptul că prin ea cantitativul dispare și rămâne calitativul.

VASILE LOVINESCU

Am ajuns să cunosc și să am inițiere pe sute de simboluri. O parte sunt utile în practică, fie pentru terapie, fie pentru evoluția spirituală, fie pentru îndeplinirea altor obiective. Peste altele se poate trece foarte rapid, scopul lor fiind, mai degrabă, ceva de genul: „Iaca și asta se poate face cu Lumina"...

Le prezint pe cele mai importante, din sistemele accesibile (în sensul că se predau curent), și încerc să vă ofer despre ele mai mult decât se spune de obicei într-un curs, fără a repeta banalități. Nu sunt nici pe departe toate simbolurile care apar în sistemele menționate, iar multe simboluri circulă de la un sistem la altul, dar am precizat sistemul în contextul căruia consider eu că simbolul spune cel mai mult.

Cho Ku Rei (CKR) – simbolul care orientează către Lumina alb-strălucitoare, cu efect maxim pe corpul fizic, corespondent tandien-ului inferior. Aplicat cu intenția potrivită, curăță, energizează și protejează. Dacă energia trimisă prin palmele noastre activate fără simboluri, ca la gradul I, acționează asupra țesuturilor, activarea lor cu CKR, sau aplicarea simbolului într-un anumit loc, produce o acțiune mai amplă asupra metabolismului, asupra întregului corp fizic, perceput ca materie și aură energetică produsă prin bio-luminiscență (în sensul dat de Traian D. Stănciulescu). (*Usui/Gendai*)

Sei He Ki (SHK) – simbolul care armonizează cu Lumina alb-strălucitoare, cu efect maxim pe corpul emoțional, corespondent tandien-ului mijlociu. Aplicat cu intenția potrivită, echilibrează orice manifestare bipolară, fie că este vorba de Yin-Yang, fie că este vorba de cald-rece, fie că este vorba de orice altă construcție de acest fel, în care nu putem elimina așa-zisa „parte întunecată". Pentru a evita consecințe nedorite ale aspectului său de „supapă" energetică, este de preferat să fie utilizat, atât pe chakre, cât și în alte locuri, încadrat de CKR. (*Usui/Gendai*)

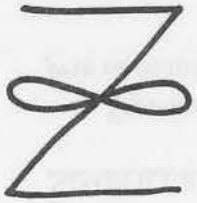
Hon Sha Ze Sho Nen (HSZSN) – simbolul care duce dincolo de timp și spațiu, cu efect maxim pe corpul mental, corespondent tandien-ului superior. Aplicat cu intenția potrivită, permite acțiunea la distanță, în trecut și în viitor. Nu trebuie uitat că acțiunea asupra unui eveniment viitor face ca acesta să se desfășoare la modul ideal, care nu corespunde, întotdeauna, cu ceea ce ne dorim la modul imediat. De asemenea, trimiterea în trecut nu va schimba momentul în care am trecut strada pe roșu, ci va elimina consecințele gestului nostru asupra conștiinței, ne va elibera de o suferință legată de acel moment, permițându-ne să ne desfășurăm viața ca și cum acesta nu ar fi existat, considerându-se că am învățat pe deplin lecția. (*Usui/Gendai*)

Chika So (CKS) – simbolul care optimizează comunicarea, atât din perspectiva persoanei asupra căreia este utilizat, cât și din perspectiva spațiului în care are loc schimbul de informație. Are efect atât asupra câmpului, cât și asupra egregorului de grup. În plus, acționează calitativ asupra chakrei a V-a. (*Tehnica radiantă/Grand Master*)

Shika Sei Ki (SSK) – simbolul utilizat în terapia sufletului tocmai pentru a înlătura tristețea, oboseala, supărărarea, alte sentimente distructive. Este recomandat în toate problemele care țin de inimă, în suferințele din dragoste sau cauzate de pierderea celor dragi, divorțuri, despărțiri sau decese. (*Tehnica radiantă/ Grand Master*)

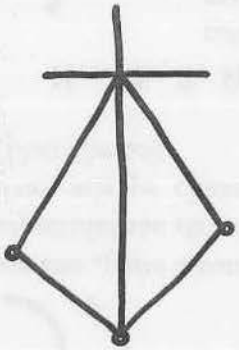
Zonar (Zo) – simbolul care orientează către Lumina auriu-strălucitoare, către compasiune, cu efect pe corpul fizic, dar și pe acela emoțional, având efectul unei „anestezii". Dacă SHK echilibra bipolaritatea din tandien-ul mijlociu, chakra a IV-a, Zo liniștește. Efectul se datorează abordării problemelor karmice din viețile trecute, a celor generate în viața prezentă, dar și a celor în general numite „păcate de familie", încifrate în ADN, prin reducerea consecințelor acestora asupra vieții actuale.

(*Karuna/Karuna Ki*)

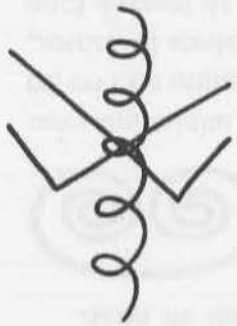


Halu (Ha) – simbolul care armonizează cu Lumina auriu-strălucitoare, corespunzând, oarecum, cu SHK. Aduce armonie, adevăr, iubire și frumusețe, cu toate necesare pentru schimbarea tiparelor comportamentale negative. Dacă Zo este aplicabil mai ales pe structuri mari, Ha acționează eficient în punct. (*Karuna/Karuna Ki*)

Harth (Ht) – simbolul care purifică prin Lumina auriu-strălucitoare și care conectează cu entitatea spirituală cu aspect feminin cu care dorim să lucrăm, fie că este vorba de Qwan-Yin, fie de o alta. A atinge stadiul în care înțelegem compasiunea, în care trăim în compasiune, este un obiectiv mai important decât pare, pentru că el este echivalent cu integrarea deplină în grupul oamenilor de pe această planetă, ceea ce ne permite accesul deplin la entitățile spirituale superioare și ne întoarce tot ceea ce reușim să dăruim. Simbolul este util și ca subiect al meditațiilor noastre. Cel mai ușor ne este să recurgem la milă, să avem grijă de ceilalți de pe o poziție superioară. Compasiunea, dincolo de frecvența optimă pe care ne-o conferă, prin faptul că înseamnă păstrarea la același nivel cu semenul nostru, ne oferă mai mult spațiu de manevră și este postura ideală din care îl putem ajuta și învăța pe celălalt să se ocupe singur de el însuși. (*Karuna/Karuna Ki*)



Rama (Ra) – simbolul care utilizează Lumina auriu-strălucitoare pentru tăierea stringurilor (lucru necesar atunci când ele sunt



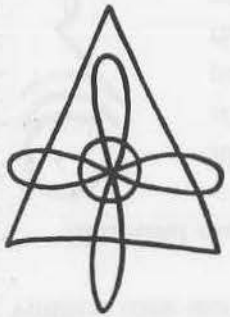
suportul prin care circulă o informație malefică), dar și pentru un bun contact cu Pământul. Este, de altfel, un simbol al chakrelor inferioare. Pentru tăierea strângurilor, se poate trasa în aer, în fața noastră, apoi se „încarcă" pe dosul palmei trecând cu ea prin simbol, pentru a putea tăia cu mâna noastră ca și cum ar fi o sabie. (*Karuna/Karuna Ki*)

Iava (Ia) – simbolul care utilizează Lumina auriu-strălucitoare pentru a controla elementele: pământul, apa, aerul și focul. Este util în cazul dezastrelor naturale pentru a le face lecții suportabile, pornind de la conceptul că nimeni nu se află întâmplător în mijlocul furtunii, ci că totul este o lecție, o plată. În plus, pot fi scoși din furia elementelor cei care nu trebuie să se afle acolo. Fie că au ajuns în acel loc trimiși cu rea intenție, fie că este numai o lecție opțională pentru ei.

În momentul în care stăpânești elementele, poți să-ți ridici privirea, se rupe vălul iluziilor și vezi lucrurile așa cum sunt ele. (*Karuna/Karuna Ki*)

Shanti (Sh) – simbolul care ajută la vindecarea trecutului, la trăirea în mod armonios a prezentului și la pregătirea viitorului. Dacă această intenție o manifestăm la nivelul chakrelor principale, aplicându-l acolo, are loc și o deschidere a chakrei, o optimizare a fluxului energetic, o „pacificare" a acestuia. (*Karuna/Karuna Ki*)

Gnosa (Gn) – simbolul care determină activarea merkabelor din punctul vizat, sporind fluxul de energie plus informație, ceea ce are ca efect, printre altele, și conectarea la dimensiunile superioare, la Sinele Superior, pentru cunoașterea mistică și spirituală. Aplicat asupra unei cărți, de exemplu, deschide drumuri către conținutul acesteia inclusiv prin conectarea la „depozitul" de informație utilizat de autor și stocat acum în câmpul-A. Nu de puține ori mi s-a întâmplat, traducând o carte, să mă conectez la Sinele Superior al autorului pentru a înțelege mai bine ce a vrut să spună, pe ce se baza când a scris ce a scris și care a fost adevărata lui intenție în lansarea mesajului. La fel se poate face oricând citim o carte și vă invit să folosiți câmpul-A în care stochez informațiile referitoare la Reiki și la irealitatea imediată. (*Karuna/Karuna Ki*)

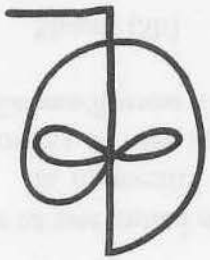


Infinit (In) – simbolul care orientează către Lumina curcubeului, înțelegându-se prin ea suma aspectelor Sursei. Fiind un simbol-energie, simpla mișcare a unei chakre pe conturul simbolului purifică locul cu pricina. Este dansul infinit al energiilor, ceea ce face ca orice simbol utilizat după In să lucreze cu Lumina curcubeului. (*Seichim*)

Pentagrama (P) – simbolul care exprimă verbul „a avea". Prin aplicarea lui asupra unui obiect, sau numai asupra unui plan cadastral, de exemplu, îmi manifest posesiunea asupra acelui obiect, îl protejez împotriva tentației altora de a-l lua. Atenție, posesiunea trebuie manifestată numai și numai atunci când

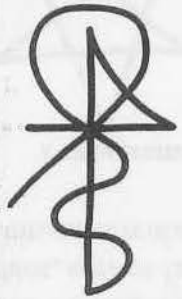
suntem siguri că avem acel drept! Iar doamnele care au primit un cadou sub forma pentagramei înțeleg acum care a fost intenția celui care le-a oferit cadoul...

Cho Ku Ret/Zara (Za) – dincolo de „a avea", relația cu materia, mai ales cu materia structurată sub formă de unelte, indiferent cât de complexe, este gestionată și prin „înțeleg cum acționează/acționează pentru mine". Extrem de util în lumea IT. Crescând nivelul de conștiință din obiectele inanimate (să ne aducem aminte de bățul transformat în șarpe), ele capătă proprietăți noi și se poate lucra cu ele ca și cum ar fi vii. Este conceput să permită comunicarea la toate nivelurile (ființe din alte dimensiuni – îngeri, ghizi spirituali, sau cu animale, plante și minerale) și să crească nivelul energetic în jurul utilizatorului, conform ipotezei: „Dacă presupunem că electronii care constituie trupul meu nu numai că poartă «mintea-spiritul» meu, ci chiar îl constituie, atunci nu-i greu să realizezi că Eul meu, mintea-spiritul, și electronii se află în comunicare." Jean Charon (*Seichim*)



Aripi de înger (AÎ) – nu de puține ori, atenția îngerilor asupra corpului și gesturilor noastre este tulburată de o intervenție străină. Reorganizarea corpului de îngeri (vezi capitolul *Despre ghizi și îngeri*) se realizează prin aplicarea simbolului pe spatele persoanei, în zona omoplaților. Pentru cei care utilizează algoritmi sau afirmații, momentul ideal de „rostire" al acestora este după aplicarea simbolului, cu palmele la mică distanță de omoplații persoanei. (*Seichim*)

Mer Ka Fa Ka Lish Ma (MKFKLM) – simbolul care ne permite accesul la informația stocată în spiralele ADN pe care, aparent, nu le folosim. În terapie, este util pentru probleme apărute *după* naștere la nivelul ADN-ului. Pentru cele din naștere există un simbol util în Tibetan Reiki. (*Shamballa MDH*)

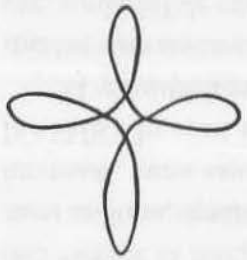


Motor-Zanon (Mo-Za) – simbolul care rezolvă o problemă aparent dificilă: prin aplicarea energiei vieții asupra virușilor, bacteriilor care infestează corpul unei persoane, nu stimulăm, de fapt și viața acestora? Cum eliminăm o infecție? Se aplică trei CKR în locul vizat, apoi simbolul sub primul său nume, Motor, și se apropie palma, treptat, cu intenția de a căuta toți virușii, toate lucrurile străine și dăunătore aflate în corp. Se așteaptă cel puțin 20 de secunde, apoi se aplică alte trei CKR și simbolul sub al doilea nume al său, Zanon, și se îndepărtează treptat palma, cu intenția de a extrage de acolo virușii și toate lucrurile străine. (*Shamballa MDH*)

Simbolul maeștrilor tibetani / Palm Master Symbol (Pa) – simbolul cu care lucrăm direct asupra tumorilor, a cărui energie permite acest lucru. În acest scop, el nu se mai aplică pe locul vizat, ci în palma terapeutului, apoi se trimite cu fermitate, rămânând încă o vreme cu palma deasupra corpului persoanei. (*Shamballa MDH*)

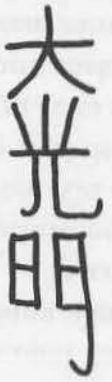
Ochiul lui Horus (Ho) – pe lângă alte utilizări, simbolul este ideal pentru creşterea vibraţiei corpului, a densităţii Corpului de Lumină, atât pe „lumină", cât şi pe „întuneric". Mulţi se miră de ce o persoană plină de Lumină este „doborâtă" la nivel energetic (deci nu numai la nivelul corpului fizic, unde acest rezultat este explicabil) de un om evident „întunecat". Şi mulţi nu înţeleg sau nu acceptă că omul are şi un DH pozitiv, şi unul negativ. „Puterea" noastră este dată de suma modulelor celor două. (*Tibetan*)

Floarea vieţii (FV) – este o manifestare a puterii în acord cu elementele naturii, o cărămidă fundamentală a tuturor lucrurilor. Curăţă şi revitalizează toate chakrele, dar se aplică o dată, cel mult de două ori pe o chakră în cadrul unei şedinţe de terapie. În cazurile grave se poate aplica o dată la 1-2 zile. Mai ales în cazul acestui simbol, ritmul de trasare trebuie să fie cel din Tai Chi. (*Tibetan/Shamballa MDH*)

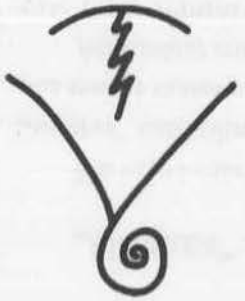


Antahkarana (Ant) – simbolul reprezintă secţiunea orizontală prin merkaba şi, prin simpla lui prezenţă, creşte aportul de Lumină. Pornind de la ea, s-ar mai putea face o clasificare a simbolurilor după modul ideal de utilizare: simboluri aplicate prin trasare sau vizualizare, simboluri utilizate în meditaţie şi simboluri-totem. (*Shamballa MDH*)

Dai Ko Myo (DKM) – simbolul tradiţional de maestru a fost, iniţial, dedicat meditaţiei. În timp, el a început să fie utilizat în acordaje şi în terapie, descoperindu-i-se efectele asupra corpului spiritual. Pornind de la el au apărut toate simbolurile „Dai" din Grand Master. (*Usui/Gendai/Grand Master*)



Dai Ko Myo Tibetan (DKMt) – simbol New Age, iniţial dedicat ascensiunii şarpelui Kundalini, a devenit simbolul de maestru în numeroase sisteme non-tradiţionale. El nu este o variantă „mai bună" de Dai Ko Myo, este, pur şi simplu, altceva.



Sunt numai câteva dintre simbolurile utile. Le veţi putea utiliza după ce primiţi acordajul pentru sistemele din care ele fac parte. În prima etapă a practicii Reiki, este bine să aveţi acces la cât mai multe simboluri, dar, pe măsură ce păşiţi pe drumul evoluţiei spirituale, va trebui să treceţi peste ele. O lucrare foarte bună referitoare la simboluri este aceea a maestrului Risvan-Vlad Rusu, amintită în bibliografie.

ALGORITMI DIN SIMBOLURI

Algoritmul pare a fi o tehnică exclusiv verbală, în care este utilizat „cuvântul" pentru a apela o entitate spirituală superioară, a solicita realizarea unui proces energetic şi a pune condiţiile necesare îndeplinirii acestui proces.

Algoritmi sunt însă şi anumite suite de simboluri.

În ultimă instanţă, majoritatea entităţilor spirituale superioare sunt intermediare între noi şi Sursă, utilizează tot energia Sursei, deci trebuie să începem algoritmul cu orientarea *către* şi armonizarea *cu* Sursa, optând, în funcţie de nevoi, pentru Lumina alb-strălucitoare, aurie sau aceea a curcubeului (CKR+SHK; Zo+Ha; In+SHK). În acest mod am „amorsat" algoritmul.

Să presupunem că dorim prin algoritmul nostru să optimizăm comunicarea în cadrul unui workshop. Va urma, în acest caz, simbolul de comunicare, CKS.

O suită utilă pentru îndepărtarea atacurilor PSI declanşate prin cuvânt (algoritmi, blesteme etc.) este Zo+Ha+Ht.

În încheiere, este nevoie de condiţia de timp. Dacă încheiem cu DKM, algoritmul va lucra atâta timp cât îl menţinem, fie prin vizualizarea repetată a suitei, fie prin prezenţa noastră în acel spaţiu. Oricum, mai mult de o oră, în caz că nu facem şi altceva, el nu acţionează.

Sunt însă şi situaţii în care ne-am dori ca algoritmul să funcţioneze „la nesfârşit" – curăţarea şi protecţia unui spaţiu sau diverse terapii. În acest caz, după inserarea simbolurilor potrivite la locul lor (în loc de CKS, de exemplu, Ht şi Ra, pentru curăţarea şi protecţia spaţiilor), vom încheia algoritmul cu DKMt, care nu sigilează procesul, ci îl ţine deschis până la schimbarea semnificativă a parametrilor din mediul înconjurător (intrarea de noi persoane, un atac PSI etc.).

Astfel de algoritmi, când utilizatorul are suficientă experienţă în lucrul cu simbolurile şi are puterea de a le vizualiza (a trecut prin etapa meditaţiei pe simbol) sunt la fel de eficiente ca şi algoritmii „rostiţi".

Mai mult, să nu se uite că avem posibilitatea de a apela prin simbol o entitate spirituală superioară, al cărei simbol îl inserăm după orientare şi armonizare (Ra pentru Arhanghelul Mihail, de exemplu).

„UITAREA" SIMBOLURILOR

Nu există maestru care să nu amintească, măcar în treacăt, de „uitarea" simbolurilor ca punct final al uceniciei Reiki, ca prim pas real al măiestriei.

Aţi învăţat multe simboluri, unele mai generale, altele dedicate unor acţiuni extrem de specifice, de ce să le uitaţi acum? Pentru că simbolul este doar o şcoală, un exerciţiu, nu el este important, ci evenimentul declanşat, determinat.

Lucrând cu simbolurile, aflăm ce şi cum se poate face, dar scopul final este acţiunea directă, legătura şi armonizarea cu Sursa, alimentarea de la Sursă şi utilizarea energiei în sensul dorit.

Trecerea peste primele trei simboluri este relativ uşoară pentru practicantul Reiki care a lucrat efectiv timp de câteva luni. Cu ambele mâini ridicate deasupra capului, vizualizăm o sferă de lumină alb-strălucitoare între palmele noastre. Pentru ca ea să fie şi mai „consistentă", pe inspir aducem lumina prin chakra a VII-a până în chakra a II-a, apoi, pe expir, o trimitem către palmele noastre. Când o simţim, coborâm această sferă în chakra a II-a şi o lăsăm o vreme aici fiind atenţi la senzaţiile pe care le avem, atât local, în chakră, cât şi la nivel emoţional şi mental. Suma acestor senzaţii este tot una cu

acțiunea simbolului CKR, iar reproducerea acestor senzații, dirijarea lor către un loc din corpul nostru sau către un alt punct este tot una cu aplicarea simbolului CKR. Urcăm apoi sfera în chakra inimii. O lăsăm o vreme aici fiind atenți la senzațiile pe care le avem, atât local, în chakră, cât și în palmele noastre, analizând și asociația de imagini ce apare. Suma acestor senzații este tot una cu acțiunea simbolului SHK, iar reproducerea acestor senzații, dirijarea lor către un loc din corpul nostru sau către un alt punct este tot una cu aplicarea simbolului SHK. Urcăm apoi sfera în al treilea ochi. O lăsăm o vreme aici fiind atenți la senzațiile pe care le avem, atât local, în chakră, cât și la nivel emoțional, mental și spiritual. Suma acestor senzații este tot una cu acțiunea simbolului HSZSN, iar reproducerea acestor senzații, dirijarea lor către un loc din corpul nostru sau către un alt punct este tot una cu aplicarea simbolului HSZSN.

Reproducerea senzațiilor este ușoară pentru cei care practică suficient Reiki, iar această „reproducere" a senzațiilor este o dirijare a energiei și a informației așa cum ar fi făcut-o și simbolurile amintite.

UTILIZAREA COMBINATĂ A SIMBOLURILOR USUI/GENDAI, PLUS KARUNA REIKITM/ KARUNA KI, PLUS SEICHIM

Acest sistem de utilizare combinată este util atât pentru autotratament, cât și pentru alte persoane, pentru curățare și energizare. Sunt amintite și simboluri ce nu au fost prezentate, dar cei care au trecut prin sistemele respective știu despre ce este vorba.

Chakra a VII-a: CKR, SHK, CKR, DKM, Zo, Ha, Ht, Ra, Ia, Sh, Gn, Om, In, Echilibru, Aliniere, DKMt
Chakra a VI-a: CKR, SHK, CKR, Zo, Ha, Ra, Sh, Gn, In, Eeeftchay, DKM
Chakra a V-a: CKR, SHK, CKR, CKS, Zo, Ha, Ra, Sh, Gn, DKM
Chakra a IV-a: CKR, SHK, CKR, Zo, Ha, Ra, Sh, Gn, SSK, Ht, DKM
Chakra a III-a: CKR, SHK, CKR, Zo, Ha, Ra, Sh, Gn, DKM
Chakra a II-a: CKR, SHK, CKR, Zo, Ha, Ra, Sh, Gn, DKM
Chakra I: CKR, SHK, CKR, Zo, Ha, Ra, DKM

Utilizarea combinată a simbolurilor Usui/Gendai, Karuna ReikiTM/Karuna Ki și Seichim pentru curățarea spațiilor

- pe pereți: CKR;
- pe tavan: CKR;
- pe podea: CKR, SHK, CKR;
- în centrul încăperii: CKR;
- în colțurile de sus: Ra;
- pe tavan: Ra;
- în centrul încăperii, Zo, Ha, Ht, Ra, In, P, Za, DKM.

Utilizarea combinată a simbolurilor pentru protecția autovehiculelor și a drumului pe care urmează să mergem

Spre înainte: CKR, Ra, Zo, Ha, Ht, In, Za, DKM

PROIECTELE REIKI

O variantă de direcționare către viitor printr-un algoritm de simboluri este și proiectul Reiki. Sunt posibile două categorii de

proiecte, prima legată de „a avea", a doua de „a putea". Practic, se scrie pe o foaie de hârtie „dorința" noastră, la prezent, iar pe verso se trasează simbolurile, incluzând P pentru cele cu „a avea" și In+AÎ pentru cele cu „a putea". Va rezulta ceva de genul: „Am o mașină roșie, marca BMW, producție 2009", sau „Nu-mi este frică să zbor cu avionul". Nu proiectul în sine, foaia de hârtie, lucrează, ci acțiunea are loc în momentul în care, câteva minute pe zi, ținem proiectul între palmele noastre activate, sau îl punem într-o grilă de cristale. Proiectele trebuie protejate de alte persoane, pentru a nu fi alterate de dorințele acestora.

SEMNIFICAȚIA APLICĂRII SIMBOLURILOR LA NIVELUL CORPURILOR ENERGETICE

Deși discutăm atât de mult de existența corpurilor fizic/energetic, emoțional, mental și spiritual, arareori suntem atenți la efectele pe care le pot avea simbolurile aplicate la nivelul unei chakre cu acțiune pe un anumit corp. De altfel, când aplicăm simbolul pe corp, practic la câțiva centimetri sub piele, îl trimitem pe corpul fizic. Când îl aplicăm la 7–12 cm de corp îl trimitem pe corpul emoțional, când îl aplicăm la 1,2 m îl trimitem pe corpul mental, iar când îl aplicăm la 6–7 m îl trimitem pe corpul spiritual. Asta nu înseamnă că fugim din încăpere ca să punem acolo simbolul, ci că îl trasăm cu intenția de a fi aplicat acolo, la distanța dorită.

Iată care ar fi efectul unui singur simbol, CKR, pentru fiecare chakră în parte:

Chakra I, corpul fizic: energizează și curăță pentru a optimiza împământarea, scurgerea reziduurilor energetice;

– corpul emoțional: acceptarea prezenței în trup, pe Pământ;

– corpul mental: cunoașterea poziției, „împăcarea" cu poziția (pe lanțul trofic), acceptul de a mânca și carne;

– corpul spiritual: înrădăcinarea crucii de lumină a corpului, deschiderea fluxului energetic către „inima" Pământului ca entitate (Geea, Mama Pământ).

Chakra a II-a, corpul fizic: energizează și curăță gonadele, activitatea sexuală;

– corpul emoțional: rafinează energia sexuală pentru a o ridica în chakra a IV-a;

– corpul mental: „arată" drumul pentru SK;

– corpul spiritual: energizează SK-ul pentru ascensiune.

Chakra a III-a, corpul fizic: curăță și energizează câmpul vital, de protecție;

– corpul emoțional: protejează față de scurgerea energiei către vampirii energetici;

– corpul mental: stimulează telekinezia, susține acțiunea energetică asupra materiei;

– corpul spiritual: este echivalentul unei metanii, supunerea corpului fizic față de corpurile superioare.

Chakra a IV-a, corpul fizic: curăță și energizează atractorul SK-ului, sufletul;

– corpul emoțional: curăță, deschide către cele 32 de fațete, susține energetic vibrația/densitatea fațetelor;

– corpul mental: „cablează" legătura cu fațetele, prin Lumină;

– corpul spiritual: ancorează atractorul de Divinitate.

Chakra a V-a, corpul fizic: curăță și energizează direcția de dezvoltare a corpului fizic și a organelor de comunicare;

– corpul emoțional: deschide, deblochează capacitatea de a comunica în plan emoțional (vocea cântăreților);

– corpul mental: alimentează prezența limbajului articulat (susține cantitativ vocabularul);

– corpul spiritual: curăță „sunetul mut" adresat Duhului.

Chakra a VI-a, corpul fizic: curăță și energizează creierul și al treilea ochi fizic, ochiul pineal;

– corpul emoțional: protejează hipofiza, elimină blocaje energetice date de activitatea emoțională;

– corpul mental: curăță și energizează locul de proiecție al informațiilor;

– corpul spiritual: susține energetic canalul către divinitate (ca și cum ar ține sub tensiune circuitul cu divinitatea și entitățile superioare).

Chakra a VII-a, corpul fizic: curăță și energizează legătura cu Sinele Superior;

– corpul emoțional: duce la acceptarea Sinelui Superior, elimină blocajele emoționale față de acesta (frica față de ce suntem, de ce am fost);

– corpul mental: luminează harta către Nirvana;

– corpul spiritual: ancorează crucea de lumină a corpului către Sursă.

Și toate cele de mai sus sunt acțiuni ale unui singur simbol! Gândiți-vă singuri ce efecte ar avea SHK și HSZSN pentru a descoperi cum ne adresăm complexității vieții prin aceste simboluri și tehnici simple și pragmatice.

LA DISTANȚĂ ȘI DINCOLO DE TIMP

O particularitate a Reiki este capacitatea de a lucra la distanță și dincolo de timp, extrem de importantă în terapie, dar și în procesul evoluției spirituale. Transmiterea se face fie cu ajutorul simbolului de distanță, HSZSN, fie prin tehnici asemănătoare autocontrolului, fie prin mudre, dar, cel mai des, prin metode combinate.

Dacă pot să aduc energia Sursei aici, înseamnă că pot să o dirijez oriunde în spațiu, doar manifestându-mi intenția de a face așa ceva, vizualizând ținta (persoană, loc, sau eveniment) și folosindu-mă sau nu de palme ca și cum destinatarul s-ar afla lângă mine. Vizualizând receptorul, sau „modelându-l" lângă mine (identificându-l eventual cu diverse obiecte, gen ursulețul de pluș, sau chiar cu imaginea lui din fotografie), deschid stringuri atât către acesta, atât de la Sursă, prin mine, către el, cât și direct de la Sursă către el. Simbolul HSZSN, sau mudra pagodei, nu fac decât să abstractizeze intenția mea și să o materializeze.

Așa cum se procedează și la contactul direct, se utilizează suita de simboluri pentru orientare, armonizare și alimentare, plus HSZSN, plus un algoritm din simbolurile necesare, cu grijă la simbolurile care au nevoie de anumite aspecte ale Sursei pentru a funcționa optim.

Trimiterea dincolo de timp se face atât în trecut, cât și în viitor. Rostul trimiterii în trecut, unui eveniment în care am greșit și care ne-a marcat, nu este acela de a schimba trecutul. Eventuala noastră greșeală, ca și toate evenimentele sub forma cărora s-a manifestat în consecință, rămâne acolo. Firul istoriei nu se schimbă. Ce se modifică este percepția noastră asupra acelui

eveniment, pentru a ne putea detașa de el, pentru a nu mai suferi din cauza lui, pentru a plăti mai ușor consecințele acestuia, atât cât putem duce. Lucru ce poate fi făcut și în trecutul altcuiva.

Se spune că terapia evenimentelor și situațiilor trecute, din această viață sau din altele, trebuie făcută cu discernământ, câte 5 minute pe zi. Rostul este, pe de-o parte, de a evita obținerea, din greșeală, prin pură voință, a unui rezultat nedorit – aducerea în prezent a energiilor negative care s-au manifestat în loc de anihilarea și îndepărtarea acestora –, sau, pe de altă parte, de a nu schimba brutal structurile din câmpul-A, care atrag firul destinului, ceea ce ar putea duce la momente de cotitură pentru care nu suntem pregătiți.

Cât despre trimiterea către viitor, ca și în cazul terapiei, când corpul nu este vindecat, ci pus în situația de a se vindeca singur, la fel orientăm situațiile din viitor ca să ne fie favorabile, benefice, ne punem în postura de a lua deciziile cele mai potrivite.

Este greșit să determinăm firul evenimentelor. Corect este să trimitem energie pentru ca ele să se desfășoare în mod optim, noi să fim plini de iubire și compasiune, iar rezultatul să fie cel binemeritat.

Banca de vindecare și acordajele la distanță

Tot trimitere la distanță și/sau dincolo de timp sunt și realizarea unei „bănci" de vindecare și acordajele la distanță.

Banca de vindecare este un spațiu pe care îl definim și creăm[1] undeva în câmpul-A și unde trimitem atât pachete cu

[1] A defini și a crea un spațiu înseamnă a-l construi pornind de la ceea ce suntem, de la bagajul nostru cultural. Unii își vor imagina o bibliotecă, alții un labirint pe pereții căruia sunt scrise tot felul de lucruri, iar alții și-ar putea imagina monitoare uriașe pe care rulează imaginile pe care le stocăm acolo.

energie vindecătoare (acumulată în meditații, prin practicarea mantrelor sau altfel), cât și soluții tip, algoritmi din simboluri, gata pregătiți pentru a acționa atunci când avem nevoie de ei. Trimiterea către această bancă de vindecare se face precum orice altă transmitere la distanță.

Pentru acordajul la distanță, avem două soluții: acordajul în direct, sincron, în care receptorul primește instantaneu gesturile rituale și simbolurile, ca într-o terapie la distanță, sau acordajul indirect, asincron, în care „urcăm" într-un spațiu asemănător băncii de vindecare toate gesturile și simbolurile pentru ca ele să fie preluate de acolo atunci când este pregătit și o dorește destinatarul.

O problemă larg dezbătută este aceea a curățării și a protejării spațiului în care au loc acordajele. Iar dacă a curăța și a proteja înseamnă și un ritual spectaculos, numai bun să-l impresioneze pe neofit, cu atât mai bine. Protecția este necesară, așa cum explic în continuare, și asta pentru că s-au tot încălcat frontierele amintite la începutul cărții, dar curățarea este, oarecum, facultativă, pentru că, imediat ce începe acordajul, spațiul se curăță din cauza aportului de Lumină.

PROTECȚIA TERAPEUTULUI

Indiferent de protecția pe care ne-o facem noi, nu suntem inexpugnabili și cel mai bun sistem de protecție este Dumnezeu.

OVIDIU-DRAGOȘ ARGEȘANU

În momentul în care te angajezi într-un contact energetic este perfect normal să te gândești că deschizi un canal prin care energiile pot circula în ambele sensuri, ba chiar că tu, ca terapeut, trimiți/transferi energie și informație pozitivă, de la Sursă, și primești energia și informațiile negative aflate în și pe lângă corpul energetic al clientului.

Maeștrii care sunt adepți ai conceptelor clasice declară că, lucrând numai cu intenție, nu și prin voință, transferul este unidirecțional, de la Sursă, prin terapeut, către cel care a solicitat terapia. Nici ei nu uită, totuși, să precizeze că este necesară o etapă preliminară, de protecție a terapeutului.

În practică, lucrând corect, se poate ajunge ca 95% din energia transmisă să fie de la Sursă și numai 5% să fie din energia proprie a terapeutului. Acest mic procent se datorează amorsării canalului energetic și nu poate fi eliminat decât în condiții deosebite, de care suntem sau nu capabili – se întâmplă să dorim ca ședința de terapie să se termine mai repede, dorim să dăm încredere persoanei, ne aflăm în fața unui caz grav și suntem impresionați de situație.

Aceste 5% sau ceva mai mult, în cazul în care greșim, sunt suficiente pentru preluarea energiilor și a informațiilor negative, de aceea, înainte de terapie, trebuie să recurgem la protecția

personală și a spațiului în care ne aflăm. Ne protejăm și ne energizăm chakrele, acumulăm energie în tandien-ul inferior (cu care să compensăm eventuala pierdere a energiei personale), curățăm, energizăm și programăm cristalele cu care lucrăm și multe altele.

Rămâne problema terapeutului care stăpânește, de exemplu, doar simbolul CKR, aflându-se la început de drum. „Ce face el?" se întreabă, pe bună dreptate, mulți practicanți. Nu va trimite el un „firicel" de lumină și i se va întoace un „morman" de energie negativă?

În cazul în care a învățat diferența între intenție și voință, nu! Va primi exact atât cât poate trimite și va primi astfel exact cât poate duce. Evident că și binele pe care îl face omului va fi modest, dar nici nu-și va face rău.

Un caz particular al protecției este acela în care sunt prezente și entitățile negative. Dacă ele sunt atrase acolo ca muștele de miere, când dispare energia negativă la care se adăpau, vor pleca – și nu spre terapeut, dacă acesta este, așa cum trebuie să fie, o coloană de Lumină. Dar dacă ele sunt trimise acolo, au o misiune acolo, sunt atrase de victimă prin deschiderea, controlată sau nu, a Stelei Pământului, lucrurile se complică.

Protecție înseamnă în acest caz puterea de a stăpâni aceste entități, de a juca șah cu ele pentru a le îndepărta, dar, mai ales, de a fi pregătit pentru acțiunea lor prin trecerea peste „ispitele" cu care ne momesc. O atitudine lucidă, o bună autocunoaștere sunt necesare și ambele se obțin în timp.

ACORDAJELE

Nu credeți în buna credință a tradițiilor, chiar dacă datează de generații și sunt larg răspândite. Nu credeți un lucru numai pentru că mulți alții vorbesc despre el. Nu credeți în bunele intenții ale înțelepților din vremurile trecute. Nu credeți în ceea ce v-ați imaginat, sugestionându-vă că un zeu a fost sursa voastră de inspirație. Nu credeți în autoritatea maeștrilor și a preoților. După ce examinați totul, credeți numai în ceea ce ați verificat și experimentat singuri și considerați a fi rezonabil după felul vostru de a fi.

BUDDHA

Fie că ați ajuns deja maeștri, fie că urmează să primiți primul acordaj Reiki, momentul este la fel de important. Cu toții suntem conectați la Sursa Universală, așa cum am definit-o la începutul cărții. Fără asta, am muri, lipsiți de energie și, mai ales, de *formă*. Acordajul operează însă o serie de modificări subtile la nivelul corpurilor noastre, pentru a fi nu numai mai bine conectați la Sursă, ci și pentru a deveni mai buni intermediari, pentru a putea trimite mai departe fluxul de Lumină (încă o dată, de *energie* plus *informație*) și pentru a avea acces la simboluri, pentru a ne putea manifesta mai bine intenția prin intermediul acestora.

De la cele mai sofisticate ritualuri, la cele mai simple, de la acordajul primit în direct, în prezența maestrului, la acordajul făcut la distanță, scopul este același. Nu o să prezint un acordaj anume, ci principiile după care sunt gândite acordajele, deoarece,

pe măsură ce veți căpăta experiență, veți descoperi singuri că puteți interveni, că puteți dezvolta, că puteți lua inițiativa și în acest domeniu.

Acordajele tradiționale trebuie păstrate ca atare nu pentru că nu se poate altfel, ci pentru că reprezintă o valoare culturală și o legătură între noi și fondatorii sistemului. Derivate din Qi Gong (de aici realizarea lor în apnee, cu limba lipită de cerul gurii și punctul Hui Yin contractat), ele pornesc de la conceptul că maestrul trebuie să colecteze cât mai multă energie și să nu o cedeze pe durata acordajului decât discipolului. Dar Reiki nu este o tehnică de colectare și de stocare a energiei, ci una prin care primim cât mai multă și transmitem cât mai multă, intrând în rezonanță cu Sursa, de aceea probabil că această tehnică tradițională nu este, totuși, aceea originară, a lui Mikao Usui. De asemenea, utilizarea simbolurilor este și ea mai târzie, din moment ce Mikao Usui nu folosea simbolurile. Ele au început să fie utilizate de discipoli pentru a-și putea susține mai bine intenția, pentru a avea mai multă încredere în ei înșiși.

Pentru că totul se reduce la intenție! Ea pune în mișcare energia și informația și atinge atât corpul fizic, cât și corpurile emoțional, mental și spiritual. Atât Vincent Amador, cât și Don Beckett propun reducerea la maximum, esențializarea acordajelor pentru a se ajunge la o simplă afirmație prin care se transmite acordajul. Iar Patrick Zeigler urmărește ca, prin acordaje simple, dar intense la nivelul corpului emoțional, să declanșeze adevărate inițieri în care el, sau o entitate spirituală superioară, să meargă pe cărbunii încinși alături de discipol.

Altfel, totul începe cu o curățare a spațiului în care are loc ritualul (și care nu are alt rol decât acela de a oferi, din prima clipă, o atmosferă plăcută, pentru că spațiul se va curăța, oricum, din momentul în care începem acordajele). Urmează contactul cu discipolul, aflat în general pe scaun, în Gassho (util mai ales

în cazul în care se lucrează cu mai multe persoane, una după alta, pentru ca fiecare să știe că i-a venit rândul și să nu se sperie).

Primul pas, propriu-zis, al acordajului, este deschiderea canalului central la nivelul chakrei a VII-a (prin curățarea și echilibrarea acesteia). Se poate face prin simpla binecuvântare (punerea palmelor, fie una lângă alta, fie una peste alta), prin activarea merkabei din chakra a VII-a (prin vizualizare sau ajutat de gestul ritual specific), prin punerea unei singure palme, dreapta sau stânga, în timp ce cu cealaltă, în funcție de sistem, sunt trasate simbolurile. Tot la deschiderea canalului central și la alinierea, pentru mai multă siguranță, a chakrelor, se aplică unele simboluri pe tot spatele discipolului.

De cele mai multe ori, Lumina și simbolurile sunt „plimbate" apoi pe canalul central până la chakra I, cu sau fără deschiderea acesteia, dar numeroase sisteme propun și aducerea simbolurilor la baza craniului, pentru a fi implementate atât la nivelul corpului spiritual, cât și la nivelul corpului mental.

Pentru că este o terapie prin punerea palmelor, lucrul asupra acestora se face în două etape. Prima este aceea când maestrul încă se mai află în spatele discipolului, constă în ridicarea mâinilor acestuia deasupra capului, sau la nivelul celui de-al treilea ochi, și în implementarea simbolurilor pe vârfurile degetelor pentru a deschide o primă conexiune între activarea simbolurilor la nivelul corpului spiritual și implementarea acestora la nivelul corpului emoțional și fizic.

Urmează, în general, activarea simbolurilor în al treilea ochi, sau în tâmpla dreaptă, pentru mai buna fixare a acestora la nivelul corpului fizic, dar și a celui mental. Este atât determinarea „prezenței" simbolurilor în fiecare loc amintit, cât și acțiunea simbolurilor acolo, uneori pentru prima dată resimțită de discipol.

Au apărut numeroase dezbateri despre necesitatea etapelor de acordaj la nivelul picioarelor. Unele sisteme nontradiționale au etape clare de lucru la nivelul tălpilor, a genunchilor, dar

unele variante de acordaj tradiţional sar peste această etapă. Pentru o bună împământare şi conectare la energia vindecătoare a pământului, pentru optimizarea circuitului energetic, este bine să introducem şi acest pas.

Cele mai importante momente urmează de abia acum. Primul este activarea simbolurilor în palmele discipolului, fie ţinute de maestru cu o mână, ca o carte deschisă, fie lăsate pe picioarele discipolului, cu palmele în sus. Simbolurile sunt desenate în palme, acestea sunt apoi atinse de trei ori, pentru a se „anunţa" prezenţa acestora atât la nivelul corpului fizic, cât şi la nivelul corpului emoţional. Deschiderea canalelor energetice este adeseori susţinută de suflul maestrului, din centrul palmei către cot sau prin dirijarea energiei cu degetul mare, din centrul palmelor, pe mâini şi până în chakra inimii.

Iar în chakra inimii urmează alt moment important, activarea simbolurilor la nivelul sufletului, la nivelul corpului emoţional şi spiritual. Unele sisteme propun o mai mare atenţie acordată acestui moment, nu de alta, dar, dacă acordajul este bine primit la nivelul chakrei a IV-a, el se propagă, în mod miraculos, pe toate meridianele energetice.

Dacă a fost deschis în mod forţat meridianul energetic principal, acordajul se termină cu închiderea/sigilarea acestuia, atât prin simboluri, cât şi prin gesturi rituale, cum ar fi punerea degetelor opozabile la baza craniului discipolului.

Este bine ca acordajul să fie făcut în poziţia importată din Qi Gong, cu limba lipită de cerul gurii şi punctul Hui Yin contractat, chiar dacă nu toate sistemele nontradiţionale impun aşa ceva. Este bine ca maestrul să stăpânească tehnica suflului violet, care permite o mai bună trimitere a Luminii.

Pe lângă toate cele amintite, ritualurile de acordaj cuprind o serie de alte tehnici, mai mult sau mai puţin importante. Importantă este însă, mai ales, *intenţia maestrului*, afirmaţiile şi declaraţiile pe care el le face în anumite momente.

Pe lângă acordaj, atât în timpul ritualului, cât şi pe parcursul cursului, are loc şi o iniţiere (aici cu înţelesul de introducere în cunoaşterea aferentă sistemului), în sensul că maestrul pune la dispoziţia discipolilor o parte din cunoştinţele lui stocate în câmpul-A. Pentru o mai bună conectare la această cunoaştere, dacă nu se impune pe moment altfel, discipolul trebuie să stea cu mâinile pe picioare, cu palmele în sus.

Dacă maestrul nu ştie să deschidă accesul către cunoaşterea sa, dacă discipolul refuză pe moment să o primească, lucrurile nu sunt pierdute definitiv, discipolul va putea, prin meditaţie, să aibă acces la cunoaşterea maestrului său, sau, dacă acesta refuză, la alţi maeştri aflaţi pe linia de iniţiere a acestuia.

Acordajul este permanent şi definitiv. Chiar dacă discipolul nu practică timp de un deceniu sau mai mult, el poate în orice moment să o ia de la capăt, începând cu autotratamentul de gradul I.

În acest ghid practic încerc să discut câteva cazuri frecvente și să dau variante de abordare ale unei persoane, ale unui spațiu, sau ale unei situații într-un mod cât mai simplu.

REIKI ȘI FIRMELE COMERCIALE

Nu mai este nici un secret faptul că numeroase firme, nu numai din Orient, utilizează diverse tehnici pentru protecție și pentru îmbunătățirea performanțelor firmelor.

Un maestru Reiki care ar dori să se specializeze în acest domeniu trebuie să acumuleze și unele cunoștințe specifice activității firmelor comerciale, să înțeleagă cel puțin noțiuni elementare de management și marketing, pentru a evalua corect firma și a-i cunoaște compartimentele și activitățile vitale.

Strict prin Reiki, s-ar putea face o protecție generală a firmei și a fiecărui acționar și angajat, care ar fi eficientă, dar ar solicita foarte mult timp și nici nu ar acoperi nevoile imediate.

În plus, majoritatea celor care se ocupă de acest domeniu nici nu utilizează doar metode Reiki, ci intervin prin diverse alte tehnici care țin de Feng Shui, de autocontrol, de radiestezie. Nu tehnicile ca atare reprezintă obiectivul meu, de altfel fiecare face exact ceea ce știe, ceea ce crede, ci tocmai acele noțiuni de management și marketing ale firmei privite din punct de vedere energetic/spiritual.

Comunicarea, atât în interiorul firmei, cât și comunicarea acesteia cu exteriorul, cu partenerii și clienții, trebuie să fie un prim element de evaluat și asupra căruia trebuie acționat.

Comunicarea în interiorul firmei este o problemă, mai ales în țara noastră, unde nu s-a dezvoltat o adevărată cultură internă a firmelor. Fără preocuparea pentru conștiința de grup a acționarilor și a angajaților firmei, ea rămâne un punct vulnerabil, atât prin faptul că nu se obține productivitatea dorită, cât și prin aceea că orice concurent poate acționa foarte ușor pentru a tulbura la maximum comunicarea în interiorul firmei atacate, ceea ce duce la conflicte, la decizii întârziate și eronate. Așadar, primul lucru de făcut este optimizarea comunicării între acționari și angajați, pentru a elimina blocajele. Tot în acest moment se poate afla dacă nu cumva există o „cârtiță" infiltrată de o firmă rivală, deoarece până la sabotaje evidente (întârzieri în respectarea contractelor, scăderea calității produselor etc.), primul element asupra căruia acționează inamicul este comunicarea.

Trebuie acționat atât asupra fiecărui om în parte, cât și, mai ales!, asupra grupului.

Comunicarea în exterior a firmei este al doilea element de urmărit, deoarece, într-o economie de piață, este vital să fii cunoscut, să comunici corect și eficient cu partenerii și clienții. Din punct de vedere energetic, un atac la acest nivel împiedică vizibilitatea firmei și se desfășoară atât asupra canalelor uzuale de comunicare, de la întreruperi ale conexiunilor telefonice și internet la „ascunderea" firmei și a reclamelor ei, cât și asupra oamenilor din firmă însărcinați cu această comunicare – compartimentul de marketing, de vânzări. Dacă în cazul comunicării interne se acționa aproape exclusiv asupra oamenilor, în acest caz trebuie protejate și optimizate și canalele de comunicare pe care le utilizează firma.

Simultan cu problema comunicării trebuie rezolvată *starea energetică* a asociaților și a angajaților, măsura în care ei sunt capabili să-și îndeplinească obligațiile fiind decisivă pentru viața

firmei. Nu pot să spun că nimeni nu ar putea să facă terapie, simultan, celor circa 100 de oameni dintr-o firmă medie, dar costurile ar fi mari și nu acesta este obiectivul nostru. Trebuie rezolvate pentru fiecare om în parte problemele energetice care afectează firma, sau o pot afecta în viitor, și numai în situațiile grave se poate trece la terapie individuală.

Ca o completare la capitolul comunicare, se face o optimizare energetică la nivelul chakrei a IV-a, apoi se urmărește deschiderea chakrei a VII-a la maximum acceptabil pentru fiecare persoană în parte, pentru ca, în continuare, în departamentele unde se face muncă fizică să fie pus accentul pe vitalitate, iar în cele cu muncă intelectuală să se lucreze pe câmpul noesic.

Situațiile în care aveți de rezolvat numai cele de mai sus sunt, însă, extrem de rare. Practic, nimeni nu solicită serviciile unui maestru Reiki pentru a-și optimiza afacerea, pentru a obține mai mult cu resursele limitate de care dispune. La telefon sună numai cei aflați în criză, iar crizele sunt declanșate și de greșelile acumulate în istoria firmei, dar și de atacurile unor rivali (nu contează că este vorba de o persoană sau o firmă).

Capitalul firmei, privit în sens mai larg, de totalitate a mijloacelor de producție, clădiri, patente, materii prime, bani etc., este al doilea element de care trebuie să avem grijă. Dreptul de proprietate este adeseori încălcat prin furt, prin pretenții nejustificate care duc la interminabile procese, sau apar inexplicabile deteriorări și accidente. Înainte de orice altceva, trebuie să verificăm *noi* dacă firma și acționarii chiar au drept de proprietate asupra acelui capital, indiferent de ce ar spune actele. Nu de puține ori, chiar dacă legal totul este în regulă, o persoană, sau o altă firmă, au fost înșelate și firma de care ne ocupăm a crescut pe o nedreptate pe care acum o plătește. Trebuie, în acest caz, îndreptată povestea din trecut.

Alteori, firma se bazează pe efortul, imaginația sau banii unui acționar sau angajat care a fost eliminat, cândva, din firmă. Poate că nu mai dădea randament, poate că era enervant, dar avea dreptul lui să se afle acolo. Și relația cu acest personaj trebuie îndreptată.

După ce am trecut de această etapă de „curățare" a dreptului de proprietate, trecem la protecție, atât prin tehnici care să apere efectiv capitalul, cât și prin tehnici care să declare și să întărească dreptul de proprietate. Uneori, trebuie să reluăm problemele de la primul punct, comunicarea, și în ceea ce privește personalul care se ocupă de pază, sau firma care asigură paza.

Se poate lucra și către viitor, în direcția încheierii de contracte avantajoase, a câștigării, în mod cinstit, după cum firma are dreptul, a licitațiior. Dar toate vin după ce am rezolvat dreptul de proprietate, căci nimic nu va lucra la nesfârșit în folosul acționarilor firmei dacă ei nu au, cu adevărat, dreptul să beneficieze de rezultate.

Ca și în cazul comunicării, și în problema capitalului să nu vă așteptați la o comunicare transparentă cu acționarii, cu membrii consiliului director. Sunteți un străin, căruia nu i se va spune totul. Și, chiar dacă vedeți limpede ce s-a întâmplat și ce se întâmplă, nu vă sfătuiesc să vă treziți vorbind. Încercați să spuneți totul prin aluzii delicate sau, și mai bine, povestind „amintiri" din relația cu o altă firmă.

Imaginea firmei este, în parte, o problemă de comunicare, de PR, dar are și probleme specifice. Unele chiar mai greu de rezolvat de un începător, gata să trântească o cortină de lumină peste firma care are, ca obiect de activitate, exploatarea unor pulsiuni de vibrație mai joasă – baruri, discoteci etc. De aceea imaginea trebuie protejată de atacuri exterioare, defăimătoare, să spunem, dar trebuie și susținută *exact* pe palierul pe care se află clienții potențiali ai firmei.

Comunicarea poate fi urmărită periodic, asupra capitalului se poate lucra atunci când se simte nevoia, fără să fie necesară o viteză de reacție mare, dar imaginea trebuie susținută *exact* atunci când este nevoie. Se pot organiza campanii de imagine în paralel cu cele comandate firmelor de publicitate, dar și independent de celelalte activități ale firmei. Și aici este nevoie, uneori, de a lucra și asupra propriei păreri a comitetului director referitoare la imaginea firmei. Trebuie văzut dacă ei au făcut cea mai bună opțiune, dacă persoana, marca, produsul se integrează în imaginea ideală a firmei.

Ne-am ocupat de comunicare, capital și imagine. Activitatea propriu-zisă poate fi și ea supravegheată, dar aspectele sunt mult prea numeroase pentru a le trata aici. Putem lucra cu o firmă din domeniul serviciilor, al agriculturii, al industriei, din zone urbane mari sau din mici localități, așa că aș complica prea mult lucrurile. De cele mai multe ori, însă, nu asupra activității de bază avem de lucrat, ci asupra elementelor amintite deja.

Ca să dau totuși câteva sugestii, în agricultură trebuie să avem grijă de elementele naturii, în industrie de creșterea gradului de conștiință al uneltelor și utilajelor, iar în servicii de „elementul" timp.

GRILELE DE CRISTALE – PROTECȚIA

Nu sfătuiesc pe nimeni să utilizeze grila de cristale, mai ales dacă nu-i dedică *zilnic* suficientă atenție, dar alții o fac...

În clipa în care ne simțim amețiți, iar când închidem ochii vedem dungi orizontale sau verticale, pentru ca amețeala să se potolească dacă punem palmele deasupra capului, sunt șanse mari să ne aflăm într-o grilă, cu un program îndreptat împotriva noastră.

Cu ambele palme orientate în sus, deasupra capului, vizualizăm CKR și Ra pe stringul către grilă, coborând în același timp palmele treptat, în față, ca și cum s-ar afla deasupra grilei. Dacă vizualizăm grila, e foarte bine, dacă nu, o „modelăm" sub forma unui singur cristal mare, de cuarț, care o va reprezenta în pașii care urmează.

Cu palmele deasupra grilei, proiectăm Zo+Ha+Ht pe aceasta și o deprogramăm în genul: „Se curăță această grilă de toate spațiile și subspațiile și se anihilează toate programele și subprogramele".

În continuare, pasul al doilea, curățăm grila de orice energie negativă, utilizând CKR+SHK+HSZSN. Un pas necesar, deoarece energia negativă poate reprezenta o legătură cu entitățile negative ce ar putea relua programele.

Al treilea pas este energizarea grilei, cu palmele deasupra ei, utilizând, eventual, DKM.

Ultimul pas este programarea grilei cu ceva în genul: „Se programează această grilă ca timp de 30 de zile să nu accepte nici un program împotriva mea". Se pot utiliza Infinitul, Pentagrama și Cho Ku Ret.

În mod similar se poate lucra și cu cristalele noastre, aflate la distanță sau nu, iar programul final poate fi unul de protecție, sau de vindecare.

PROTOCOL DE TERAPIE PRIN REIKI ŞI NU NUMAI

Şi, după iniţieri şi acordaje, după zeci de autotratamente, vine momentul în care ajungem în faţa unei persoane care ne solicită ajutorul. Cel puţin la început de drum, când încă nu ne-am format un sistem propriu şi nu am elaborat o tehnică proprie de a face terapie, avem nevoie de sfaturi şi credem că, undeva, există o reţetă unică pe care, dacă o respectăm, totul va fi bine.

Nu o să ofer o reţetă unică, mai degrabă un schelet pe marginea căruia puteţi clădi singuri mai departe. Altfel însă, ceea ce urmează poate fi utilizat şi ca atare, cu bune rezultate. În fond, atunci când facem terapie, trebuie să o facem ca şi cum persoana care ne solicită ajutorul *este perfect sănătoasă.*

Principiile sunt simple:

– lucrăm de sus în jos, întâi faţa, apoi spatele;

– în fiecare poziţie se stă cca. 5 minute, sau cât simţim că este nevoie, sau cât este indicat pentru manevra cu pricina;

– pentru fiecare chakră urmărim curăţarea, energizarea şi echilibrarea acesteia;

– simbolurile se trasează cu mâna/mâinile, sau se vizualizează;

– lucrăm cu intenţie, nu cu voinţă;

– înainte de terapie, se curăţă spaţiul în care lucrăm şi ne facem protecţia.

Varianta cu persoana stând pe scaun, cu ochii închişi şi cu mâinile puse pe picioare, cu palmele în sus:

1. stând în spatele persoanei, cu ambele mâini, se linişteşte aura acesteia prin câteva perieri lente, stânga, dreapta şi pe mijlocul spatelui;

2. mâna stângă este ţinută la 3–9 cm de capul persoanei, iar cu dreapta, pe rând, se trasează şi se „fac sandviş" CKR, SHK şi HSZSN, încercându-se vizualizarea deschiderii Sursei deasupra capului, dar şi trimiterea simbolurilor, prin canalul central, din chakra a VII-a până la rădăcină;

3. în acelaşi mod se procedează cu Zo+Ha+Ht, pentru a linişti omul, a declanşa procesul de vindecare, dar şi, mai ales, pentru a îndepărta de la nivelul chakrei a VII-a toate programele dăunătoare realizate „cu cuvântul", adică algoritmi, afirmaţii, blesteme etc.;

4. coborâm palmele, una lângă alta, deasupra capului persoanei, ca într-o binecuvântare, închidem ochii şi studiem corpul energetic al persoanei pentru a obţine informaţiile necesare în terapie. Putem şi să vizualizăm cum umplem corpul energetic cu lumină albă-strălucitoare, cum „reparăm" spărturile din câmp etc.;

5. punem palmele de o parte şi de alta a capului persoanei, la nivelul tâmplelor, şi utilizăm tehnica echilibrării emisferelor cerebrale;

6. din lateral, dreapta, punem palmele la ceafa şi la fruntea persoanei, iar dacă am stabilit că ne ocupăm şi de eliminarea unui comportament negativ, se trasează cu mâna dreaptă, în faţa frunţii, şi se aplică pe rând CKR, SHK, HSZSN, rostind de trei ori afirmaţia dorită, aşa cum am prezentat deja;

7. din spate, trasăm cu ambele mâini AÎ pe spatele persoanei, în zona omoplaţilor, apoi, tot cu ambele mâini, deasupra omoplaţilor, în stânga şi în dreapta, CKR, dacă ne ocupăm preponderent de corpul fizic, SHK, dacă ne preocupăm mai ales de cel emoţional, sau HSZSN, dacă simţim că problemele se află mai ales la nivel mental;

8. ţinem palmele la 3-9 cm de omoplaţii şi de umerii persoanei şi facem afirmaţiile necesare;

9. din faţă, aplicăm pe chakre simbolurile, aşa cum am prezentat deja, intenţia fiind de a le curăţa, energiza şi echilibra. Pe palmele şi pe tălpile picioarelor persoanei se aplică CKR şi Ra;

10. din spate, aplicăm pe toate chakrele CKR, Ra, CKR;

11. utilizăm, stând în lateral, tehnica echilibrării chakrelor;

Acum, ne putem ocupa şi de o problemă specifică. Să spunem că este vorba de un cancer mamar.

12a. din lateral-faţă se trasează pe chakra inimii Zo, Ha, SSK, Ht, DKM;

12b. deasupra regiunii vizate, se utilizează Mo-Za, pentru a elimina infecţiile existente, dar şi cele care ar putea să apară;

12c. se aplică FV, apoi MKFKLM;

12d. trasăm în palma noastră Pa, apoi ţinem palma deasupra regiunii vizate timp de 5 min, sau cât simţim că este nevoie;

12e. trasăm DKM deasupra regiunii vizate;

Mai rămâne să închidem şedinţa de terapie.

13. din lateral-stânga se aplică procedura de la gradele 5-6 Grand Master de interogare a inimii persoanei, pentru a-i putea da unele sfaturi pentru perioada ce urmează terapiei;

14. din spate, se ridică Şarpele Kundalini, apoi se linişteşte aura persoanei;

15. trasăm între noi şi cealaltă persoană Raku, pentru a separa aurele.

După 6 sau 11 se poate face terapia prin punerea palmelor pe toate poziţiile, faţă şi spate.

Celălalt este avertizat la sfârşit că va mai fi ameţit câteva momente şi că urmează o perioadă de detoxifiere.

DE CE NU VINDECĂM ŞI NU NE VINDECĂM DE ORICE BOALĂ PRIN REIKI?

Nu lăsaţi clienţii să se ataşeze sentimental sau să vă plaseze pe piedestalul unui guru. Nu aveţi răspunsuri mai bune decât alţii pentru dramele din această lume şi nici pentru situaţiile din viaţa altora. Terapeutul este şi el un simplu om şi poate greşi ca toţi ceilalţi. Oamenii trebuie să-şi asume responsabilitatea pentru ceea ce fac. Nu puteţi salva pe nimeni, deci nici nu încercaţi aşa ceva.

DIANE STEIN

Primul avertisment dat de un terapeut ar fi bine să fie acela că el nu poate vindeca orice boală, că, oricum, vindecarea nu vine de la el şi că boala este o plată karmică, iar vindecarea ei va întârzia plata, ca şi evoluţia spirituală a omului de care ne ocupăm. În plus, numărul cazurilor în care terapeutul este eficient ar creşte dacă el ar analiza mai bine nivelul la care se află boala, pe corpul fizic, emoţional, mental sau spiritual, şi ar recunoaşte că nu este în stare, el, terapeutul, să lucreze la nivelul bolii, dar că, undeva, în acelaşi oraş, există alţi terapeuţi capabili de micile „minuni" caracteristice Reiki.

Pentru că alinarea suferinţei şi aducerea plăţii la nivelul suportabilităţii este scopul Reiki. Chiar dacă finalul vine, inevitabil,

calitatea vieții rămase, ca și acceptarea a ceea ce se întâmplă, reprezintă obiectivele noastre.

Adevărat este și faptul că unele persoane nu suportă decât o vindecare lentă, care lasă, o vreme, impresia că terapeutul nu face nimic. În plus, totul se întâmplă cu respectarea liberului arbitru, iar cât timp omul este dominat de frică, liberul arbitru nu funcționează. Aici trebuie acționat în primul rând.

Încercarea de convertire a unei persoane poate și ea să ducă la tensiune, de aceea comunicarea trebuie optimizată până la nivelul la care acesta spune ce vrea și ce nu vrea, ce poate și ce nu poate, pentru a-i respecta liberul arbitru.

Suntem înconjurați de oameni care, din curiozitate, din răutate, sau chiar dintr-o exagerată dorință de a face bine cu forța, intră adânc în mintea noastră, sesizează ce ne dorim, de ce anume ne temem, și exploatează slăbiciunile noastre. De multe ori realizăm prea târziu ce se întâmplă.

Dar nu trebuie să pornim la drum stăpâniți de teamă – și inamicii noștri au aceleași defecte, oricât de bine s-ar controla, iar lăcomia le este punctul slab.

Liniștea, siguranța financiară, a noastră și a celor apropiați, pot fi apărate dacă reușim să ne exploatăm calitățile pe care le avem. Și dacă reușim să înțelegem universul pe baza informațiilor parțiale ce ne sunt accesibile. Informații care, pe lângă faptul că nu acoperă întreaga realitate și irealitate imediată mai sunt și deformate de prejudecăți, de traume și de propriile noastre slăbiciuni. Ca și de amintirile deformate, reprimate, falsificate, atât de noi înșine, cât și de ceilalți.

Din momentul în care decidem să utilizăm Reiki în acest context, nu trebuie să uităm că noi, occidentalii, suntem fascinați de Orient, în timp ce orientalii sunt intrigați de Occident. Acest raport, fascinație față de intrigare, ne oferă modul și măsura în care putem integra în viața noastră de fiecare zi o știință și o artă venită din Orient. La primul nivel, vom fi atât de fascinați de ea

încât vom rata pragmatismul ei specific, încărcând-o cu semnificații pe care nu numai că nu le are, dar care nici nu corespund logicii interne, motiv pentru care o să ratăm în terapie, iar orientalii vor privi aproape stupefiați modul în care utilizăm arta și știința lor.

De aceea nu trebuie să ne mire bastarzii apăruți prin interpretarea occidentală a esoterismului oriental.

Și să nu uităm că nici orientalii nu au un punct de vedere unitar asupra bolii și a terapiei. Unii consideră că vindecarea este o pierdere de timp pe calea evoluției spirituale, iar alții cred că evoluția spirituală este mai rapidă într-un corp sănătos...

CUM SĂ TE CUFUNZI ÎN TINE CA SĂ TE DESCOPERI – ARTA MEDITAȚIEI

Arta meditației. Prețuită și hulită deopotrivă. Prețuită pentru că îți oferă marea șansă de a te cunoaște. Și, prin tine, de a cunoaște universul din care faci parte, divinitatea ta de netăgăduit. Huiduită pentru că îți deschide porți pe care alții nu pot, sau nu vor, acum, să le deschidă. Dar huiduită și pentru că, descoperindu-te, descoperi libertatea absolută, aceea pe care nu ți-o pot oferi nici semenii tăi, nici instituțiile lor, fie ele religioase sau laice. Libertatea cu „L".

Exagerez? Atunci când meditezi nu descoperi decât dorințe și nevoi, suferințe și bucurii, fără să te poți desprinde de senzațiile corpului în care te afli? Înseamnă că ești la început de drum – mergi mai depare!

Spun prea puțin? Atunci când meditezi ești înconjurat de o lume fantastică, o lume ce vine și pleacă de capul ei și-ți pare a fi mai mult decât cunoașterea de sine? Înseamnă că ai făcut prea puțini pași – mergi mai departe!

Mergi mai departe pentru că trebuie să te descoperi pe tine, nu corpul tău, nu iluziile tale. Este utilă meditația făcută în scop terapeutic, în care te ocupi de organele tale, le cureți, le energizezi. Îți sporești astfel sănătatea. Dar, cum aminteam, terapia este o pierdere de vreme pe calea evoluției spirituale.

Este utilă și meditația în care explorezi lumile fantastice izvorâte în mintea ta, în care intri în contact cu alți oameni, cu entități spirituale. Dar, rămas aici, încă vei depinde de ceilalți,

oameni și entități spirituale oricât de evoluate ar fi ele. Tot nu vei fi tu, tot nu vei fi liber.

Trebuie să treci prin aceste etape, dar nu trebuie să rămâi prins în ele. Mergi mai departe. Până când nu vei mai fi discipolul cuiva, ci propriul tău discipol!

Vă ofer trei meditații utile praticantului de Reiki.

TEHNICA DE PRIMIRE A SIMBOLURILOR PRIN CHANNELLING

Această tehnică poate fi utilizată de orice practicant Reiki, ca și de practicanții altor școli energetice. Am predat-o timp de mai mulți ani în cadrul cursului de Shamballa MDH, sau la diverse workshop-uri și, într-o formă ceva mai restrânsă am publicat-o în *Irealitatea imediată,* de unde a fost preluată și de alți maeștri.

Stați relaxat, cu spatele drept, cu ochii închiși, cu mâinile în poziția rugăciunii. Respirați calm, fără pauză între inspir și expir.

Prin chakra coroanei, pe inspir, trageți lumină albă de la Sursa Universală, duceți-o până în Hara (chakra a II-a), iar pe expir lăsați-o să vă umple întreg corpul. Repetați de câteva ori.

Prin chakra coroanei, pe inspir, trageți lumină albă de la Sursa Universală, duceți-o până în chakra inimii, iar pe expir dăruiți-o printre palmele dumneavoastră. Repetați de câteva ori, până când palmele se încălzesc.

Prin chakra coroanei, pe inspir, trageți lumină albă de la Sursa Universală, duceți-o până în chakra a VI-a, iar pe expir eliberați-o ca și cum ați scruta ce se află în fața dumneavoastră. Repetați de câteva ori.

În cele trei chakre s-a format astfel câte o sferă de lumină. Uniți cele trei sfere de lumină în chakra inimii. Ridicați sfera în chakra a V-a și țineți-o acolo până când vi se încălzește gâtul. Ridicați sfera până în chakra a VI-a și țineți-o acolo până când simțiți căldură, sau vibrație, sau o apăsare în al treilea ochi.

Ridicați sfera în chakra coroanei. Îndepărtați și ultimele gânduri parazite, încercați să nu vă gândiți la nimic. Așteptați până apar imagini, sunete. Este posibil să apară unul dintre ghizii dumneavoastră, sau o altă ființă spirituală superioară care vă va însoți mai departe.

Urcați în chakra a VIII-a. Așteptați până sosesc imaginile, sunetele. Totul în jur este verde-smarald sau roșu-vinețiu. Dacă primiți ceva deosebit de important, rămâneți aici.

Urcați în chakra a IX-a. Așteptați până sosesc imaginile, sunetele. Totul în jur este turcoaz. Simțiți o mare bucurie. Dacă primiți ceva deosebit de important, rămâneți aici.

Urcați în chakra a X-a. Așteptați până sosesc imaginile, sunetele. Totul în jur este sidefiu-perlat. Intrați în starea de armonie. Dacă primiți ceva deosebit de important, rămâneți aici.

Urcați în chakra a XI-a. Așteptați până sosesc imaginile, sunetele. Totul în jur este roșu-portocaliu. Sunteți liber. Dacă primiți ceva deosebit de important, rămâneți aici.

Urcați în chakra a XII-a. Așteptați până sosesc imaginile, sunetele. Totul în jur este argintiu-strălucitor, metalic. Deveniți conștient de Tot și de toate. Dacă primiți ceva deosebit de important, rămâneți aici.

Urcați în chakra a XIII-a. Așteptați până sosesc imaginile, sunetele. Totul în jur este alb de rang superior, un alb dens, lăptos. În chakra a XIII-a se deschide în fața dumneavoastră Cronica Akașă. Poate fi un labirint infinit, cu pereții plini de rafturi de cărți, de ecrane pe care rulează filmul evenimentelor trecute, prezente, ca și versiuni ale celor viitoare.

Sau poate fi o pânză infinită, violacee, pe care sunt obiecte de diferite forme. Este suficient să vă uitați la ele ca să știți ce s-a întâmplat acolo, cum determină acel gând sau eveniment viața dumneavoastră și a celorlalți.

Înaintați prin acest labirint până când ajungeți într-o sală discret luminată, în care obiectele nu au umbră. În centru, sunt așezate opt vase din bronz, în colțurile unui pătrat și pe mijlocul laturilor acestuia. Le puteți vedea cât o ceașcă de cafea sau de două ori mai înalte decât dumneavoastră.

Pe fiecare vas sunt inscripționate 44 de simboluri. Multe le cunoașteți deja și sunt luminoase.

Simbolurile pe care le atingeți, dacă aveți voie să le cunoașteți spre binele tuturor, se vor lumina și ele și vă vor transmite numele lor și modul în care pot fi folosite. Nu treceți la alt simbol decât după ce sunteți sigur că ați aflat totul despre cel ales mai înainte.

Nu trebuie să le aflați acum pe toate. Unul, două simboluri sunt atât cât putem duce în spate.

Sunteți din nou sfera luminoasă din chakra a XIII-a. Coborâți în chakra a XII-a, a XI-a, a X-a, a IX-a, a VIII-a.

Într-a VII-a mulțumiți ghidului sau ființei spirituale care v-a însoțit în această călătorie.

Continuați coborârea până în chakra a II-a.

Inspirați lumină albă până în tandien-ul inferior, deschideți ochii, frecați-vă palmele, spălați-vă „uscat" pe față, scuturați-vă mâinile, picioarele, împământați-vă și notați informația primită.

MEDITAȚIA SHENU, A INFINITULUI ȘI A CRUCII DE LUMINĂ

Meditația concepută de Patrick Zeigler se află într-o continuă evoluție. În continuare, o aveți sub forma în care o utilizez

de obicei. Sursa întregului sistem SKHM este descrisă astfel de Patrick: „Când am avut experiența în piramidă, nu am primit un manual și o diplomă. Pe urmă, ce am primit de la maeștrii sufi semăna mult cu experiența din piramidă. Simt că sufiții din Egipt au puternice legături cu egiptenii din antichitate. Parte din învățăturile acestora s-au pierdut, dar sufiții au legătură cu această cunoaștere, care a primit acum și influențe islamice."

Stați relaxați, închideți ochii. Inspirați adânc, abdominal. Simțiți cum aerul intră și iese din corp. Continuați să respirați adânc, dar concentrați-vă acum pe zona inimii. Simțiți ce se petrece aici.

Vizualizați un soare auriu, strălucitor, deasupra capului. Iar în acest soare, o piramidă. Ridicați mâinile și simțiți soarele între palmele voastre.

Lăsați mâinile pe picioare și simțiți cum energia soarelui coboară în voi.

Vizualizați chakra a VII-a ca pe o floare ce se deschide ca să primească energia soarelui.

Energia și lumina coboară până în inimile voastre. Inima voastră, sufletul vostru are nenumărate uși dincolo de care sunt amintiri, emoții, sentimente. Deschideți ușile și vedeți ce se ascunde în sufletul vostru.

Coborâți energia prin corp până în plexul solar, în chakra a II-a, apoi pe picioare, până la tălpi. Vizualizați rădăcinile care cresc din picioarele voastre și pătrund tot mai adânc, în pământ. Simțiți cum ajungeți la chiar inima Pământului Simțiți cum inima Pământului acceptă inima voastră. Iubiți Pământul!

Uniți-vă cu Sinele vostru superior, sunteți aici întregi, cu toate corpurile voastre energetice. Aici și acum vă amintiți de ce vă aflați pe această planetă.

Sunteți o adevărată coloană de lumină. Rămâneți coloană de lumină!

Simțiți cum energia Pământului urcă prin rădăcinile voastre și vă umple până la inimă.

Simțiți cum energia din ceruri coboară prin chakra a VII-a și ajunge până la inimă.

Puneți-vă ambele palme pe inimă ca să simțiți cum cele două energii lucrează împreună. Puteți să lăsați inima voastră să danseze ușor, desenând simbolul infinitului.

În inima voastră se află o cupă din care răsare un trandafir. De fiecare dată când inspirați, acesta crește, crește, ajunge până în al treilea ochi.

Inspirați lumină prin chakra a VII-a și aduceți-o în inimile voastre, apoi pe expir trimiteți-o către palmele voastre.

Pe fiecare inspir aduceți energia Pământului prin picioarele voastre, până la inimă, apoi pe expir trimiteți-o către palmele voastre.

Inspirați simultan și lumină, prin chakra a VII-a, și energia Pământului, prin rădăcini, iar pe expir trimiteți-le pe ambele către palmele voastre.

Ați devenit o Cruce de Lumină!

Aduceți soarele în cel de-al treilea ochi! V-ați transformat în Ankh, crucea egipteană. Corpul vostru mental este infinit!

Aduceți soarele în inima voastră! V-ați transformat în crucea celtă! Corpul vostru emoțional este infinit!

MEDITAȚIE ȘI INIȚIERE ÎN MAREA PIRAMIDĂ

Pe măsură ce ne aliniem cu Sinele Superior putem avea acces la memoria noastră, putem vizita, cel puțin în meditație, locuri în care am trăit evenimente semnificative, în care am primit diverse inițieri.

Cei care au făcut parte din vechea Școală de Mistere Egipteană își pot recupera memoria pe parcursul acestei meditații ce vine dintr-o școală germană de evoluție spirituală.

Stați cât mai confortabil, relaxați-vă, goliți-vă mintea de orice gând. Inspirați pe nas, țineți respirația cât se poate de mult, expirați pe gură. Eliberați-vă de linearitatea timpului, nu există trecut, prezent sau viitor.

Intrați în Marea Piramidă. Totul este familiar, chiar și scrierea hieroglifică de pe pereți.

Puneți palmele pe pereți pentru a simți textura acestora. Vedeți dacă pereții sunt reci sau calzi. Dacă sunt uscați sau umezi. Dacă sunt aspri sau netezi.

La un moment dat intrați într-o încăpere în care obiectele nu au umbră. Ajungeți în fața unui vas cu apă. Vă spălați pe față și pe mâini. Uitați-vă la imaginea voastră reflectată de apă. Sunteți altul, sunteți cu totul altfel îmbrăcat.

Vă amintiți de viața pe care ați avut-o în Egipt. Vă amintiți învățăturile Școlii de Mistere. Sunteți din nou inițiat.

Thoth vi se alătură și vă însoțește într-o încăpere secretă, în care se află un altar. Pe altar se află cartea geometriei sacre. Thoth vă lasă să citiți pentru a afla cine sunteți și de ce sunteți azi cel ce sunteți.

Puneți palmele pe carte și o lumină albă izvorăște din ea. Absorbiți astfel cunoașterea la nivelul subconștientului. În jur se lasă întunericul, dar asta nu vă împiedică să mergeți mai departe.

Simțiți prezența Lui, auziți muzica sacră. Armonia și ritmul cosmosului.

Sunteți inițiați.

Mulțumiți zeului care v-a însoțit, apoi pătrundeți tot mai adânc în piramidă. Undeva, în întuneric, în fața voastră, vedeți

momentul Creației, înțelegeți acum momentul Creației prin prisma geometriei sacre. Mergeți mai departe, ieșiți din piramidă, în deșert, și respirați prin toți porii corpului lumina soarelui.

DESPRE GHIZI ȘI ÎNGERI

Să nu fiți surprinși dacă ghidul vostru pare excentric sau neobișnuit... forma în care ni se arată ține de imaginația noastră, care nu are limite.

Shakti Gawain

Îngerii compun sfera divină născută din Dumnezeu, supraveghează și acționează pentru realizarea planului divin, respectând liberul arbitru al omului. Ei există în dragoste și credință, în lumina inteligenței și a înțelepciunii. De ocupat, însă, se ocupă de întreg universul, fie el material sau spiritual.

Fiind intermediari între Creator și existență, binele făcut de ei pentru binele în general este binele din Sursa Divină. Iubirea Divină și Adevărul Divin se revarsă asupra lumii precum lumina și căldura soarelui și modulează energia pe frecvențele perfecte care permit viața. (Căldura este iubire, compasiune, iar Lumina semnifică adevărul.)

Iubirea, frecvența creatoare, îi unește pe îngeri cu Dumnezeu și între ei și tot iubirea, ca principiu vital, îi unește cu oamenii. Trăsăturile îngerilor se modifică astfel în funcție de binele și adevărul pe care îl observă.

Cu cât sunt mai aproape de Dumnezeu, îngerii sunt îngeri cerești, interiori și superiori, se află în dimensiuni superioare. Cu cât sunt mai aproape de materie, îngerii sunt îngeri spirituali, exteriori și inferiori, trecerea fiind discretă de la un nivel la altul. Dar nu ierarhiile trebuie să ne preocupe!

Dacă îngerii cerești sunt numai iubire/compasiune și lumină, cei spirituali corespund voinței, înțelegerii, activității intelectuale, cele care dau măsura implicării noastre în relația cu Dumnezeu, ne dau conștiința dumnezeirii noastre.

Îngerii cu caracter similar sunt reuniți spontan și așa simt libertatea deplină. Se adună în roiuri, în grupuri de îngeri. O întreagă astfel de grupare angelică, de îngeri cu caracter similar, poate apărea sub forma unui singur înger. Mihail, Gavril, Rafail nu sunt decât grupuri de îngeri numite după funcțiile îndeplinite.

Toți primim raiul din afara noastră în funcție de raiul din noi, omul având în comun cu îngerii mintea interioară, sau Sinele Superior, omul având în plus și mintea exterioară.

Acest rai colectiv are formă umană, forma arhetipală a Marelui Om, cel făcut după asemănarea Domnului, în funcție de voința și înțelegerea lui omul fiind „alcătuit" din suma unor puteri spirituale și celeste, suma îngerilor săi acționând și asupra celor mai mici părți ale corpului, toate entitățile angelice acționând în om ca una în cazul atingerii perfecțiunii.

Suma îngerilor pe care îi avem (atenție, nu „avem" îngeri, ci ne acordă atenția lor o serie de îngeri!) apare ca un nor alb-strălucitor, cu nuanțe rozalii, fiind cu totul altceva decât aura sau corpul energetic, și este suma reprezentanților grupărilor de îngeri care „ne bagă în seamă". Cu cât această „societate" are mai mulți membri care acționează la unison, cu atât mai perfectă este „forma" acelui om.

Cu cât suntem mai mult compasiune și lumină, dar și voință și inteligență întru Dumnezeu, cu atât mai mulți îngeri avem. Măsura unui om este dată de calitatea sa. Numărul îngerilor este dat de calitatea sa. Așa primim și pierdem îngerii prin forțele proprii.

Se vorbește însă și de „furtul" îngerilor. Cum pot fi ei luați sau îndepărtați de altcineva, în așa fel încât numărul lor să nu mai depindă doar de calitatea compasiunii, luminii, voinței și înțelegerii noastre?

Pe două căi.

Una este aceea a acțiunii directe asupra calităților noastre – adversarul stârnește în noi ura, lipsa de voință și de înțelegere, drept care îngerii, trezindu-se într-un mediu neprielnic, pleacă. Nu neapărat la adversar, de cele mai multe ori ei pleacă pur și simplu.

A doua cale este aceea a acțiunii directe asupra îngerilor, oferindu-le acestora mai multă compasiune și lumină, mai multă voință și înțelegere. Poate trebuie amintit aici că iubirea/compasiunea nu au în mod obligatoriu conotația moral-socială pe care le-o conferim, ci sunt variante de modelare a energiei, a câmpului energetic. Ele pot fi atinse și altfel decât prin comportamentul moral-social în general acceptat și recunoscut.

Dacă știm cum să le conferim mai multă compasiune și iubire, ei vor fi atrași după principiul reunirii spontane cu îngerii noștri.

Există și persoane care acționează altfel asupra îngerilor adversarului, aducând asupra lor „întunericul" și „frigul", izgonindu-i pe îngeri fără a-i putea prelua. Nici nu ar avea nevoie de ei, pentru că lucrează cu entități spirituale negative sau cu spiritele rele.

Și mai apar și situații în care corpul de îngeri este tulburat, în așa fel încât îngerii care gestionează o anumită activitate sau proces metabolic sunt dirijați într-o altă zonă, unde nu-și au rostul. Numărul îngerilor care ne bagă în seamă rămâne același, dar randamentul ajutorului primit scade.

„APELAREA" ENTITĂȚILOR SPIRITUALE SUPERIOARE

De cele mai multe ori, energia și informația de la Sursă nu vine direct la noi, ci este intermediată de entitățile spirituale superioare, numite generic „îngeri". Acest lucru se petrece atât automat, independent de voința noastră, prin însăși structura

irealității imediate în care trăim, cât și la cererea noastră. Pe lângă îngeri putem să facem apel și la maeștrii ascendenți, ei facilitând pentru noi nu atât accesul la energie, cât accesul la informație și la cunoașterea lor personală.

Putem să apelăm o entitate pentru a primi prin intermediul ei Lumina și, mai mult, putem apela la ajutorul ei în acțiunile pe care le întreprindem. Pentru asta trebuie să cunoaștem atât calitățile și personalitatea acesteia, cât și tehnica și simbolurile prin care o apelăm.

În Karuna, de exemplu, sunt apelați Arhanghelul Mihail (Rama), Gabriel (Zonar), Rafael (Halu), sau Quan Yin (Harth), în Shamballa se lucrează cu Saint-Germain (și cu flacăra argintie a acestuia) și tot așa.

Cunoașterea calităților și a personalității fiecăruia în parte permite apelarea lor în situații în care sunt cei mai indicați, ceea ce nu înseamnă că nu primim un ajutor și atunci când entitatea spirituală superioară apelată nu este cea mai înzestrată pentru o anumită acțiune, dar este mai eficient să lucrăm după logica existenței acestora.

De multe ori, entitățile spirituale superioare au un comportament activ, lucrând singure în sensul dorit de noi, după ce am anunțat ce ne dorim, dar le putem folosi și ca intermediari, ca relee între noi și Sursă, caz în care putem modela, cu ajutorul lor, pachetele de energie primite.

VEDEREA LA DISTANȚĂ ȘI DESCĂTUȘAREA PUTERILOR PSI

Puterea PSI este fie demonizată, fie considerată a fi ceva cu totul și cu totul deosebit. Nu este, totuși, altceva decât o capacitate a fiecărui om, așa cum este și înzestrarea pentru atletism sau talentul muzical. Și poate fi dezvoltată în fiecare, așa cum toți putem face jogging sau putem cânta la chitară, fie pentru a ajunge la Olimpiadă sau pe scena de concert, fie pentru plăcerea personală.

Al șaselea simț, percepția extrasenzorială, intuiția, deschiderea celui de-al treilea ochi, toate țin de ceea ce numim puterea/capacitatea PSI.

Cu toții am simțit la un moment dat că „auzim" gândurile celorlalți, că știm anumite lucruri care par să contrazică logica, că aflăm cursul evenimentelor înainte ca ele să se petreacă. Uneori știm cine sună înainte să ridicăm receptorul telefonului. Alteori scriem și vorbim așa cum niciodată nu am știut că o putem face.

Toate aceste capacități așteaptă să fie utilizate. Și totul se dezvoltă din momentul în care reușim să ne deschidem sufletul și să acceptăm iubirea, manifestând compasiunea fără limite. Aceste capacități pot fi activate și prin experiențe de tipul postului îndelungat, al comei profunde, al diverselor traume. Dar se poate și într-un mod plăcut, printr-o creștere gradată.

Dacă ne deschidem sufletul și manifestăm compasiune față de semenii noștri reușim să-i includem în corpul nostru astral, Eu-l nostru se dizolvă în Întreg, întregul Univers devine locul nostru de joacă, înțelegem ce suntem, percepem câmpul energetic întins până la infinit, iar al treilea ochi este larg deschis.

Ajunşi acolo, trebuie să nu transformăm totul în spectacol, să nu ne cultivăm orgoliul şi să-i sprijinim pe ceilalţi în atingerea acestui obiectiv.

Toate meditaţiile trebuie făcute, de preferinţă, în acelaşi loc, un spaţiu liniştit, slab luminat, şi în care nimeni nu vă poate tulbura. În care nu sună telefonul şi în care puteţi utiliza acelaşi fond muzical. În acest fel, asociaţiile de idei şi imagini pe care le veţi face vor putea creşte de la o zi la alta. Dacă ştiţi că din meditaţiile profunde cădeţi într-un somn adânc, atunci evitaţi să staţi în întuneric complet, staţi pe scaun cu ochii uşor întredeschişi. Veţi ajunge, treptat, să realizaţi meditaţiile chiar şi în mişcare, pe parcursul unei plimbări în parc. De preferat este să staţi cu coloana cât mai dreaptă pentru a evita durerile. Energia este mult mai puternică în grup, datorită sinergiei, aşa că, pentru început, este bine să exersaţi în cadrul unor întâlniri cu cei care, asemenea vouă, se află pe drumul evoluţiei spirituale.

Pentru că primele senzaţii pot fi mult prea puternice, puteţi sta cu palma mâinii drepte pe chakra inimii. Este bine să utilizaţi aceeaşi tehnică de intrare în alfa, indiferent de execiţiile/meditaţiile pe care le practicaţi, acestea sau altele. Nu trebuie să vă speriaţi de eventualele senzaţii fizice neaşteptate: schimbarea consistentă a temperaturii corpului, mişcările necontrolate ale capului, curgerea nasului, tusea. Mai mult, se poate întâmpla să credeţi că aţi adormit când, de fapt, sunteţi într-o stare avansată de meditaţie.

Este bine să aveţi la îndemână un carnet şi un pix pentru a nota imediat după meditaţie ceea ce aţi perceput. Ca şi în cazul viselor, amintirea lucrurilor văzute pe durata meditaţiei se stinge foarte rapid.

Nu încercaţi să dirijaţi şi să influenţaţi lucrurile văzute pornind de la sistemul vostru de valori, de la ceea ce „ştiţi" că trebuie să se întâmple.

Primul exerciţiu: deschiderea inimii

Poate fi utilizat ca introducere, dar şi pentru calmare, scăderea tensiunii şi îmbunătăţirea sistemului imunitar.

Inspiraţi, prin chakra a VII-a, Lumina şi aduceţi-o cât mai adânc în corpul vostru, până în chakra a II-a. Cultivaţi aici Lumina până când simţiţi căldura ei până când se formează o sferă luminoasă, strălucitoare, cu un contur bine definit. Trimiteţi această căldură către locurile din corp care sunt dureroase, care vă atrag atenţia, care sunt tensionate. Simţiţi cum şi aceste locuri se încălzesc, se relaxează. Percepeţi cum respiraţia voastră devine tot mai liniştită, sunteţi calmi. Orice gând perturbator încercaţi să-l eliminaţi odată cu aerul expirat. Mintea este golită de orice gând. Simţiţi liniştea.

Emoţiile care apar sunt percepute acum altfel şi ştiţi că le puteţi elimina şi pe ele în acelaşi mod, când expiraţi. Sunteţi asemenea unui lac cu suprafaţa încremenită.

Concentraţi-vă atenţia pe inimă, curioşi să simţiţi ce se află acolo. Încercaţi să înţelegeţi ritmul inimii voastre. Respiraţi apoi direct prin chakra inimii, calmi, relaxaţi. Simţiţi căldura de aici. Fiţi plini de iubire, dăruiţi iubirea pe fiecare expir. Poate vă vine în minte o amintire anume. Un moment în care v-aţi aflat în mijlocul naturii şi aţi simţit-o cât este de liniştită, de calmă. Ziua când aţi simţit cum soarele vă încălzeşte trupul, sau noaptea, când v-aţi simţit copleşit de vastitatea boltei înstelate. Un moment în care aţi simţit căldura şi siguranţa pe care v-o oferă o fiinţă dragă.

Mergeţi mai departe către acele clipe, aduceţi-vă aminte sunetele, culorile, mirosul simţit în acel moment. Simţiţi ce atingeaţi cu palmele voastre. Sunteţi acolo din nou. Cu toată

inima voastră sunteți acolo și simțiți pe deplin acel moment. Lăsați inima să se umple de iubire, lăsați această iubire să vă umple tot pieptul, spatele, bazinul. Iubirea izvorâtă din inimă vă cuprinde întregul corp. Întregul corp percepe iubirea. Simțiți cum aerul din jurul vostru începe să vibreze în ritmul inimii voastre. Corpul vostru de Lumină cuprinde tot ceea ce aveți în jur, iubirea din inima voastră este dăruită către tot ceea ce vă înconjoară. Continuați să respirați prin chakra inimii și să vă bucurați de acest moment liniștit.

Vă veți putea reîntoarce aici ori de câte ori veți închide ochii și veți pune palma mâinii pe inimă.

Când sunteți pregătiți, deschideți ușor ochii și reveniți aici și acum. Într-un aici și acum care știți că este mai bun.

Al doilea exercițiu: locul ideal

Puteți alege acest loc din natură înainte de a începe meditația, iar dacă nu vă puteți decide, lăsați ca subconștientul vostru să aleagă.

Tot de la bun început, gândiți-vă la o întrebare care vă preocupă, referitoare la voi, la viața voastră. Puteți să o formulați în minte, sau chiar în scris. Ceva ce vă preocupă, iar mintea voastră încă nu a găsit un răspuns.

Puteți întreba ce viitor mai are povestea voastră de iubire, sau ce rezultate veți avea într-un anumit domeniu. Tot așa, dacă nu vă puteți decide, lăsați subconștientul vostru să pună întrebarea.

Exercițiul poate fi repetat, dar, de fiecare dată, limitați-vă la o singură întrebare. Singurul obstacol posibil este rațiunea voastră care s-ar putea să încerce să preia controlul și să dea răspunsurile. Dar, gândiți-vă, de-ar fi știut cum să dea răspunsul adevărat, ar fi făcut-o deja. Este posibil ca răspunsul să apară sub o formă simbolică, aparent fără legătură cu întrebarea pusă. Încercați să înregistrați răspunsul exact așa cum apare. Evitați

orice „rafinare" a lui prin intermediul rațiunii. Dacă nu puteți interpreta răspunsul, lăsați analiza pentru un moment ulterior. Cu cât sunt mai surprinzătoare și aparent irațională aceste răspunuri, cu atât mai mult sunt autentice.

În timp ce vă așezați cât mai comod, rememorați întrebarea. Inspirați, prin chakra a VII-a, Lumina și aduceți-o cât mai adânc în corpul vostru, până în chakra a II-a. Cultivați aici Lumina până când simțiți căldura ei. Trimiteți această căldură către locurile din corp care sunt dureroase, care vă atrag atenția, care sunt tensionate. Simțiți cum și aceste locuri se încălzesc, se relaxează. Percepeți cum respirația voastră devine tot mai liniștită, sunteți calmi. Orice gând perturbator încercați să-l eliminați odată cu aerul expirat. Mintea este golită de orice gând. Simțiți liniștea.

Emoțiile care apar sunt percepute acum altfel și știți că le puteți elimina și pe ele în același mod, când expirați. Sunteți asemenea unui lac cu suprafața încremenită.

Încercați să vizualizați un loc din natură în care vă simțiți liniștit și în siguranță. Un loc în care ați mai fost sau în care ați dori să fiți. Plutiți pe mare, sunteți în adâncul pădurii sau pe piscul unui munte. Acolo unde sunteți liniștiți și în siguranță. Lăsați locul să devină cât mai real, uitați-vă în jur, vedeți culorile, simțiți temperatura. Vedeți ce este în dreapta, ce este în stânga. Puneți palmele pe obiectele din jur. Vedeți dacă sunt calde sau reci. Dacă sunt umede sau uscate. Dacă sunt netede sau aspre. Ascultați zgomotele locului. Vântul. Urechile se obișnuiesc cu toate aceste zgomote. În aer simțiți mirosul delicat al plantelor, al mării. Bucurați-vă de toate aceste senzații. Simțiți recunoștință în inimă pentru că aveți acces în acest loc minunat, atât de bogat și care devine o parte a voastră. Simțiți energia binefăcătoare din jur. Simțiți cum ceva minunat este pe cale să se petreacă. Zâmbiți. Bucurați-vă.

Percepeți acum și sfera strălucitoare care apare la câțiva pași în fața voastră și luminează tot ceea ce vă înconjoară. Ochii vă sunt atrași de sfera de Lumină. Sunteți și nu sunteți surprinși. Iar lumina este tot mai intensă, tot mai frumoasă, tot mai uluitoare. Toate senzațiile se amplifică. Totul în jur se trezește la viață.

Atingeți sfera de Lumină și simțiți cât de delicată este. Aduceți în voi sfera de Lumină. Lăsați-o să vă lumineze fiecare celulă, să vă dea energie. Ceva se întâmplă în voi, apare o schimbare. Toată lumina se adună în chakra a IV-a, vă curăță inima. Liniște și bucurie. Corpul vostru de Lumină cuprinde tot ceea ce aveți în jur, iubirea din inima voastră este dăruită către tot ceea ce vă înconjoară. Simțiți cum faceți parte din tot ceea ce vă înconjoară. Cum vă topiți în tot ceea ce vă înconjoară. Deveniți și voi sunet, miros, atingere.

Acum veți percepe o prezență în jur, un chip, sau doar dansul energiilor. Puneți întrebarea pe care ați ales-o și așteptați răspunsul. Mai devreme sau mai târziu veți primi răspunsul. Va veni ca un fulger, ca o șoaptă, ca un gând rătăcit.

Lumina care vă înconjoară se retrage ușor, devine iar o sferă, apoi un simplu punct luminos și vă aflați din nou în acel loc liniștit. Culorile poate că sunt mai intense, sunetele poate că sunt mai armonioase decât înainte. Și simțiți un câmp protector de jur-împrejurul vostru. Știți că s-a întâmplat ceva deosebit.

Pe viitor, ori de câte ori veți avea nevoie să puneți o întrebare vă veți putea cufunda direct în acea sferă de Lumină pentru a afla răspunsul.

Când sunteți pregătiți, deschideți ușor ochii și reveniți aici și acum. Într-un aici și acum care știți că este mai bun.

(Acest loc ideal descoperit pe parcursul meditației este modelul pe care îl generați spontan pentru spațiul de joacă al sinelui vostru și poate înlocui în alte meditații „câmpul, pădurea și izvorul" utilizate de obicei.)

Al treilea exercițiu: explorarea unei alte persoane

Inspirați, prin chakra a VII-a, Lumina și aduceți-o cât mai adânc în corpul vostru, până în chakra a II-a. Cultivați aici Lumina până când simțiți căldura ei. Trimiteți această căldură către locurile din corp care sunt dureroase, care vă atrag atenția, care sunt tensionate. Simțiți cum și aceste locuri se încălzesc, se relaxează. Percepeți cum respirația voastră devine tot mai liniștită, sunteți calmi. Orice gând perturbator încercați să-l eliminați odată cu aerul expirat. Mintea este golită de orice gând. Simțiți liniștea.

Vizualizați un câmp de energie care vă înconjoară, vă protejează, vă oferă siguranță. Aduceți lângă voi persoana cu care doriți să lucrați. Încercați să o vizualizați cât mai bine: cum este îmbrăcată, în ce poziție stă, cum arată chipul ei, cum îi stă părul. Inițiați imaginile așa cum le cunoașteți, apoi lăsați imaginea să se dezvolte singură, așa cum dorește ea.

Continuați să respirați liniștiți, să simțiți câmpul energetic care vă înconjoară. Simțiți cum căldura din inima voastră vă înconjoară, cum celălalt este atent la ceea ce se întâmplă, cum este atras de voi. Simțiți cum iubirea reciprocă vă cuprinde, cum dispare orice frică.

Inima continuă să se deschidă, să se încălzească. Cum vă dăruiți unul altuia iubire. Vedeți cum inima celeilalte persoane răspunde la fel de generoasă. Inimă deschisă către o altă inimă deschisă.

Simțiți acum tot ceea ce simte și gândește cealaltă persoană. Percepeți ce simte cealaltă persoană: culori, sunete. Vă identificați cu orice gând de-al ei ce ar fi de folos. Vă identificați cu problemele ei, cereți răspunsuri pentru problemele ei, cu grijă ca tot ceea ce cereți să fie spre folosul acesteia.

Simțiți cum generozitatea vă face să ajungeți împreună în locul din care vin toate darurile. Sunteți, împreună, în Lumină, sunteți una cu Lumina.

Pe viitor, ori de câte ori veți avea nevoie să puneți o întrebare pentru cealaltă persoană, pentru o altă persoană, veți ști cum să o aduceți lângă dumneavoastră, cum să dialogați cu ea.

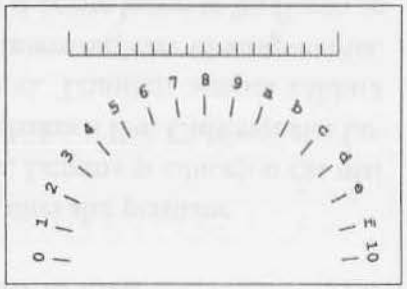
Când sunteți pregătiți, deschideți ușor ochii și reveniți aici și acum. Într-un aici și acum care știți că este mai bun.

(Încercați să obțineți din timp acordul unei alte persoane pentru a o folosi drept „țintă".)

ELEMENTE DE RADIESTEZIE MULTIDIMENSIONALĂ

Deși la frontiera cu radiestezia am subliniat că practicantul de Reiki trebuie să învețe să-și obțină informațiile pe alte căi, știu, din practică, faptul că avem nevoie de confirmări, că avem nevoie de un sprijin până în momentul în care ajungem să „vedem". De aceea vă ofer câteva elemente din ceea ce se numește radiestezia multidimensională, care utilizează atât sistemul de parametri din Qi Gong, cât și pe acela din Shamballa MDH. Se poate utiliza orice ansă și un raportor marcat de la 0 la F (0-9 și A-F), în sistem hexadecimal. Sistemul hexadecimal reprezintă o metodă comodă de afișare a valorilor, este mult mai natural decât pare la prima vedere și se suprapune peste vechiul sistem utilizat în Qi Gong.

Avem capacitatea de a împărți totul în două: dacă vedem un băț, putem spune, cu o bună precizie, imediat, unde se află jumătatea lui. Avem și un respect înnăscut pentru lucrurile simetrice. Baza 16, sistemul hexadecimal, ne sporește avantajul instinctului natural pentru simetrie, numărul 16 fiind el însuși simetric, putând fi împărțit în două, apoi fiecare jumătate poate fi împărțită încă o dată în două. Numărul 10 se împarte o singură dată în două, iar noi nu avem capacitatea de a-l împărți ușor pe 5. Putem ușor să împărțim o bucată de sfoară în 16 părți



egale, dar ne este foarte greu să împărțim aceeași bucată de sfoară în 10 părți egale, de aici și opțiunea pentru 16, mai ales când este vorba de *informație*.

EVALUAREA PERSONALĂ

Utilizându-se scara hexadecimală, se măsoară valorile existente la nivelul celor trei tandien-uri (inferior, mediu și superior, sau chakrele II, IV și VI), parametrul măsurat fiind „capacitatea energetică".

Semnificații:

1. *tandien-ul inferior* ne oferă informații legate de starea corpului fizic, de măsura în care subiectul a atins capacitatea maximă a dezvoltării corpului său fizic, atât pornind de la calitățile înscrise în ADN-ul său, cât și conform „modelului" aflat în dimensiunile superioare. Valoarea măsurată crește atât printr-o viață sănătoasă și prin practicarea sportului, cât și prin tehnici energetice, precum colectarea de energie la nivelul tandien-ului inferior și practicarea Micului Circuit Ceresc:
   - 0–3: stare fizică precară;
   - 4–8: stare fizică modestă;
   - 9–12: stare fizică bună;
   - 13–16: stare fizică excelentă.

În mod firesc, doar o valoare bună sau excelentă la nivelul tandien-ului inferior poate asigura evoluția spirituală și doar o valoare de 15-16 poate susține ascensiunea Șarpelui Kundalini.

2. *tandien-ul mijlociu* ne oferă informații legate de starea corpului emoțional, de măsura în care subiectul a atins capacitatea maximă a dezvoltării corpului său emoțional, atât la nivel cultural, psihologic, cât și pornind de la o bună legătură cu divinitatea. Valoarea măsurată crește atât printr-o viață cinstită, curată, cât și prin manifestarea iubirii și a compasiunii. Colectarea de

energie la nivelul tandien-ului mijlociu, „respirația" cu lumină aurie-strălucitoare și dăruirea acesteia la nivelul acestui tandien duc, toate, la creșterea valorilor la fel de mult ca faptele bune și manifestarea față de semeni a iubirii și a compasiunii:
   - 0–3: lipsă de iubire și compasiune, stare de ură permanentă față de sine și față de ceilalți;
   - 4–8: manifestă cel mult milă și are puseuri de ură;
   - 9–12: înțelege, dar nu manifestă permanent iubirea și compasiunea;
   - 13–16: trăiește în iubire și compasiune.

3. *tandien-ul superior* ne oferă informații legate de starea corpului mental și de măsura în care este deschis al treilea ochi. Valoarea măsurată crește prin practicarea meditației, scopul fiind atingerea stadiului de „cunoaștere fără cunoaștere":
   - 0–3: persoană neevoluată;
   - 4–8: persoană blocată în evoluție;
   - 9–12: persoană aflată în stadiul cunoașterii exoterice;
   - 13–16: persoană ce a atins nivelul cunoașterii esoterice.

Pe lângă informațiile amintite, juxtapunerea valorilor ne oferă o serie de alte informații utile în evaluarea personală. Forma ideală a graficului este aceea din fig. B, în care, pornind de la tandien-ul inferior, valorile descresc, deoarece astfel evoluția este lineară, calmă, pornită pe baze solide și se desfășoară fără grabă și fără efort.

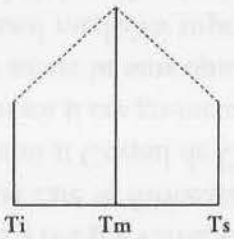


fig. A

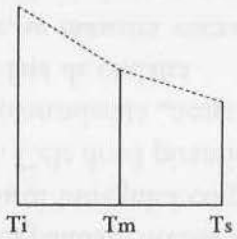


fig. B

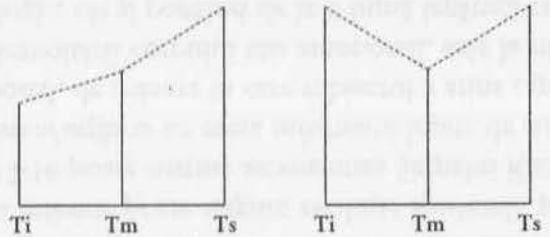


fig. C fig. D

Adeseori însă, în funcție și de spațiul cultural căruia îi aparține subiectul, întâlnim alte forme:

a) evoluție la nivel mental, înțelegere a compasiunii și probleme la nivel fizic (fig. A);

b) evoluție corectă, întâi se dezvoltă corpul fizic, apoi este descoperită compasiunea, pentru ca ultima să fie cunoașterea (fig. B);

c) evoluția tipică a persoanei fundamental religioase, care refuză cunoașterea și ignoră corpul fizic (fig. C);

d) evoluția caracteristică ateului, preocupat de cunoaștere și de corpul fizic, dar fără adevărata iubire și compasiune (fig D).

Se poate dezvolta această analiză, urmărind și raportul între valorile tandien-ului inferior și ale celui superior, iar analiza trebuie rafinată și prin interpretarea în sine a valorilor absolute.

PARAMETRII LEGAȚI DE MERKABA ȘI DE STEAUA PĂMÂNTULUI

Așa cum o tot repet, structurile de tip merkaba se găsesc în toate punctele corpului, ca și peste tot în mediul înconjurător, energia trecând permanent în materie conform informației divine. Pentru a lucra mai bine cu acest număr practic infinit, utilizăm două modele: merkaba aflată deasupra capului, între

chakrele a VII-a și a VIII-a, ce are ca pandant Steaua Pământului, și merkaba care se formează în jurul întregului corp, pe care o putem numi și Corpul de Cristal. Cele două piramide, cea albă cu baza în jos și cea gri-metalizat (considerată „neagră"), cu baza în sus, se rotesc în sens opus una față de cealaltă.

În cazul merkabei superioare, se măsoară viteza de rotație, poziția relativă a celor două piramide și alinierea acesteia cu axa chakrelor. Viteza de rotație normală este de circa o rotație pe secundă, poziția relativă ideală este aceea în care centrele de greutate ale celor două piramide se suprapun, iar alinierea corectă este aceea în care linia ce unește vârfurile celor două piramide, axa merkabei, se suprapune peste axa chakrelor. Valori frecvent întâlnite:

– viteza de rotație prea mare indică neîncrederea în divinitate, o stare de agitație, de nesiguranță, nu oferă suficientă Lumină, vibrația corpului (densitatea corpului de lumină) fiind mică;

– viteza de rotație prea mică indică un blocaj pe chakrele VII și/sau VIII, indus de o altă persoană sau chiar de subiect, corpul lui emoțional fiind dominat de frică;

– poziția vârf în vârf a piramidelor (sau o poziție ce tinde către aceasta) oferă un aport mare de Lumină, dar reduce legătura cu universul 3D, taie împământarea și poate duce la o ardere mult prea rapidă a Karmei;

– poziția bază în bază a piramidelor (sau o poziție ce tinde către aceasta) blochează accesul la Lumină, dar și protejează chakra a VII-a de orice intervenție exterioară. Dacă poziția este menținută prea mult timp, aportul de Lumină scade, iar corpul se alimentează doar cu energia din mâncare, deformându-se treptat față de modelul ideal. Cazul este frecvent întâlnit la terapeuții care simt nevoia unei protecții suplimentare;

– axa merkabei se suprapune peste axa chakrelor: poziție corectă;

– axa merkabei este perpendiculară pe axa chakrelor (sau tinde către această poziție, oricât de ciudat ar părea): persoana este dusă cu forța departe de Întreg.

În cazul Stelei Pământului, se măsoară viteza de rotație, poziția relativă a celor două pentagrame și alinierea acesteia cu axa chakrelor. Viteza de rotație normală este tot de circa o rotație pe secundă, poziția ideală fiind aceea în care distanța între pentagrame este egală cu distanța între centrul de greutate și un vârf al pentagramei.

Dacă merkaba superioară asigură aportul de energie și informație din dimensiunile superioare – mai bine spus modelează și controlează acest aport ce are loc în toate celulele corpului –, Steaua Pământului modelează și controlează aportul de „întuneric", de „materie" din dimensiunile inferioare. Această materie poate fi descrisă indirect, printr-o comparație. Dacă ne imaginăm un cub, în rotație, și privim umbra acestuia, și oprim rotația acesteia în timp ce cubul continuă mișcarea lui de revoluție, avem în această umbră statică un model al dimensiunilor inferioare.

Materia, vie sau nu, așa cum are nevoie de Lumină, așa cum este și energie în continuă materializare, tot așa este și umbră, structură lipsită de mișcare, tot mai lipsită de gradele de libertate pe măsură ce coborâm în dimensiunile inferioare. Dimensiuni de asemenea populate cu entități mai mult sau mai puțin conștiente și inteligente (aici se află îngerii căzuți), așa cum sunt populate și dimensiunile superioare.

Aceste entități au o singură cale de a ieși la lumină, de a se manifesta în 3D, și anume trecerea prin Steaua Pământului, cucerirea sau posedarea unui om, sau a unui animal. Prezența acestor entități, relația lor cu persoana pe care o măsurăm, este extrem de importantă.

Parametrii legați de Steaua Pământului:

– viteza de rotație prea mică trădează lipsa împământării, o lipsă a întunericului ce nu asigură buna funcționare a corpului fizic;

– viteza de rotație prea mare denotă o teamă referitoare la acest aspect al Întregului;

– pentagramele prea apropiate închid trecerea oricărei entități, dar blochează și rezolvarea problemelor karmice;

– pentagramele prea îndepărtate sunt un canal deschis pentru entitățile din dimensiunile inferioare.

PARAMETRII LEGAȚI DE SUFLET, ȘARPELE KUNDALINI ȘI KARMĂ

Sufletul trebuie vizualizat ca un inel cu 32 de fațete, plasat la nivelul tandien-ului mijlociu, ce joacă rolul unui atractor pentru Șarpele Kundalini, ancorat în tandien-ul inferior. Fațetele sunt ipostasuri ale unor entități spirituale superioare și ne sunt oferite în funcție de misiunea noastră personală, cunoașterea lor fiind un bun indiciu asupra misiunii noastre pe această planetă. Confuzia între „mă atrage" (așa cum am definit mai sus atracția) și „eu sunt" face ca mai multe persoane să se considere a fi Sfântul Ilie, sau alt personaj asemănător. Pe lângă integritatea acestui inel atractor, trebuie văzută și calitatea energiei care îl susține, altfel spus „curățenia" acesteia.

În meditație, se pot vedea cele 32 de fațete și, fie prin dialog cu ele, fie prin documentare, se poate interpreta misiunea personală. Aceste fațete sunt, de fapt, locuri în care se manifestă atenția entităților spirituale superioare față de noi, la fel cum în corpul de îngeri se manifestă atenția îngerilor.

Șarpele Kundalini are o mișcare ascendentă, legată de evoluția personală la nivelul tuturor corpurilor. Este bine de identificat chakra până la nivelul căreia poate urca, dar și chakra la al cărei nivel stă în mod obișnuit.

Ascensiunea Șarpelui Kundalini este împiedicată de nerezolvarea problemelor karmice, apărute pe parcursul vieții actuale

sau a vieților trecute, și care apar ca niște solzi de ceară pe Sushumna, frânând ascensiunea acestuia. Măsura în care sunt rezolvate problemele karmice ne oferă o informație legată de posibilitățile de ascensiune, de frânele ce trebuie îndepărtate, de plățile care mai sunt de făcut.

Toate cele de mai sus pot fi măsurate cu ansa și raportorul, dar pot fi și văzute pur și simplu, sau percepute prin punerea palmelor.

CÂND LUPTA NU MAI POATE FI EVITATĂ

O idee al cărei neadevăr teoretic sau incorectitudine, iar prin aceasta falsitatea, sunt admise, nu este din acest motiv practic fără valoare și inutilă; căci o asemenea idee, în pofida nulității ei teoretice, poate să aibă o mare însemnătate practică.

HANS VEIHINGER

Din dorința de a nu supăra, din nevoia de a căpăta statutul oficial de terapie complementară (nicidecum alternativă!), se insistă că „nu poți face rău prin Reiki". Dacă lucrul este adevărat în cazul terapiei prin punerea palmelor, sau *aproape adevărat* în cazul utilizării simbolurilor (să nu uităm de permanenta atragere a atenției asupra solicitării permisiunii subiectului asupra căruia se va lucra!), afirmația devine de o naivitate periculoasă atunci când cineva *vrea* să facă rău altcuiva, mai ales când utilizează și toate tehnicile disponibile la frontierele Reiki.

Să faci rău cuiva utilizând *și* tehnici Reiki nu înseamnă că Reiki ca atare face rău, ci că, la fel ca multe alte lucruri bune în esența lor, poate fi utilizat în rău.

Descrierea tehnicilor „de luptă" este și ea criticată. Consider însă că, neștiind cum ți se poate face rău, deși oricum ți se face, ești lipsit de o informație vitală. Toate tehnicile de atac prezentate aici sunt însoțite de metodele de apărare și de contraatacurile posibile. De altfel, ele sunt, în general, cunoscute, dar trebuie să asociezi cunoașterea din mai multe domenii pentru a realiza cum funcționează împreună.

În principiu, lupta funcționează în mod asemănător terapiei la distanță, cu deosebirea că, de cele mai multe ori, primul pas este identificarea adversarului, care nu se prea prezintă singur pentru a fi lovit...

Cum afli că ești atacat?

De la o simplă senzație de ameteală la dureri bruște și inexplicabile apărute în corp, de la întunecarea vederii și lipsa de energie la ivirea „gândurilor negre", de la repetarea unor situații de viață nedorite, la distrugerea obiectelor din jur, toate evenimentele brusc apărute, inexplicabile, generate de gânduri ce nu ne aparțin sunt semne ale unui atac.

În orice atac, din primul moment, trebuie să nu uităm că locul vizat trebuie, ca și în terapie, curățat, echilibrat și energizat. Celulă de celulă, chakră de chakră, merkabă de merkabă, asta trebuie să fie grija noastră permanentă.

Toți supraviețuim în corpul nostru fizic pentru că, fără întrerupere, după modelul/tiparul din dimensiunile superioare, energia/lumina se transformă/trece în materie. Când această transformare este împiedicată, corpul fizic se distruge treptat, procesul afectând și celelalte corpuri (energetic, emoțional, mental), căci nu putem funcționa perfect și pe termen lung doar prin energia furnizată de alimente și factorii de mediu care susțin, prin procese metabolice, numai 15% din corp și care, mai ales, nu lucrează decât foarte rudimentar după tiparul din dimensiunile superioare.

Majoritatea tehnicilor de terapie și evoluție personală urmăresc, la un prim nivel, optimizarea acestui proces, așadar, la începutul fiecărei lupte, trebuie să ne pregătim prin tehnicile cunoscute și, în același timp, să destabilizăm acest proces în cazul adversarului. Și o notă: dacă toți avem nevoie de energie/lumină pentru a supraviețui, pentru a atinge anumite obiective – un plus de putere, o mai bună comunicare cu entitățile spirtuale evoluate

aflate în dimensiunile inferioare –, unii dintre noi se „hrănesc" și din dimensiunile inferioare. Mai mult decât o facem cu toții cât timp suntem întrupați. Și o facem pentru că din această bipolaritate se generează curgerea energiei necesară formei materiale a existenței, atingerea unității fiind un țel situat într-un plan superior.

Ca urmare, primul pas, după ce ne-am pregătit, trebuie să fie „scoaterea din priză" a adversarului, pentru ca el să nu aibă suficientă energie, pentru ca să-i dăm ceva de făcut – să-și restabilească echilibrul și să se energizeze – cât timp o să-l atacăm în alte locuri.

Încă o notă pentru leneși: tot materialul de aici poate fi organizat sistematic, cu titluri și subtitluri, prefer însă să munciți și să descifrați puțin textul – asta va reduce numărul celor care se joacă și nu au nevoie cu adevărat de aceste informații.

Și trebuie să fim atenți și să aflăm cât mai repede dacă adversarul lucrează *cu* și depinde *de* dimensiunile superioare sau de cele inferioare. În cazul în care lucrează cu lumina din dimensiunile superioare, ne orientăm către merkaba aflată între chakrele VII și VIII și încercăm să „apăsăm" cele două piramide până când ajung bază în bază. Este poziția „închis" a merkabei, în care energia nu mai vine pentru a se transforma în materie și, mai important, nici informația din dimensiunile superioare nu mai ajunge să structureze corpurile.

Dacă adversarul lucrează cu energia din dimensiunile inferioare, atunci se lucrează cu Steaua Pământului, cele două pentagrame aflate în mod normal la distanță fiind „apăsate", „lipite" una de cealaltă. În momentul în care distanța între ele este zero, nu mai primește nici energie, nici informație și, cel mai important când ne atacă o astfel de persoană, nu se mai poate pune la dispoziția și nu mai poate utiliza „fauna" din întuneric.

Evident, se poate și invers, să depărtăm atât piramidele merkabei, cât și pentagramele, pentru a aduce un flux mai mare de energie decât suportă respectivul, dar efectul este mai greu de controlat...

Ideal este să oprim și mișcarea de rotație a elementelor merkabei sau ale Stelei Pământului, dar este mai dificil, de aceea, în practică, este de preferat să accelerăm mișcarea de rotație – mai ales că puțini înțeleg că există o viteză optimă, nu foarte mare, de 1-2 cicli pe secundă. Vitezele mai mari sunt utile numai în anumite scopuri și pentru durate scurte.

Iar aceste poziții, forțate, trebuie menținute cât mai mult timp. Minute! Adversarul va ameți, se va simți lipsit de energie, va avea o stare generală de rău. Atenție la simptome, exact același lucru veți simți când sunteți atacați prin metode similare. Plus o îngrozitoare durere de cap sau mâncărime și dureri ascuțite în regiunea punctului Hui Yin.

După ce ne-am adus adversarul în această situație, putem merge mai departe.

Dar știm cine este adversarul?

Trebuie să știm, încă din primul moment. Când am sesizat simptomele menționate trebuie să intrăm urgent în starea alfa și să vedem cu imaginea cărei persoane asociem ce se întâmplă. Se poate măsura cu ansa sau cu pendulul. Se pot întreba ghizii spirituali. Se poate merge pe stringul apărut între noi și atacator. Se poate urca „cu totul" în dimensiunile superioare pentru a avea o perspectivă mai bună asupra lucrurilor.

După ce am aflat despre cine este vorba (chiar dacă nu-i cunoaștem numele și nu l-am întâlnit niciodată, în fond poate să fie cineva care ne atacă la comandă, sau pentru rezolvarea unor probleme karmice din vieți anterioare), trebuie să analizăm persoana cu pricina. Să vedem cât de „albă" sau cât de „neagră" este pentru a ști ce atacăm, merkaba sau Steaua Pământului. Dar și ca să vedem care sunt punctele slabe în corpul fizic, energetic, emoțional sau mental. Exact ca în terapie, facem evaluarea de la distanță, căutând zonele de dezechilibru energetic, urmărind blocajele existente, aglomerările de entități negative.

Și acolo lovim!

Se poate lovi „în astral" (vezi „Vizualizarea, vederea în astral" din *Irealitatea imediată*), cu „arma" preferată, tăind în mod repetat organul vizat. Prea multă energie, prea multă determinare, prea multă vibrație sunt necesare pentru a tăia cu o singură lovitură, așa cum cred unii că pot și se miră că nu se întâmplă nimic. Și dacă tehnica de luptă contează în momentele care vor urma, acum avem nevoie de un singur lucru – de ferocitatea specifică luptătorilor ninja. Că este sabie, topor, arbaletă sau cine știe ce altceva, arma noastră va avea efect cât timp „este a noastră", suntem obișnuiți cu ea, am recuperat, din vieți trecute, tehnica de luptă cu ea. Asta pentru cei care utilizează această formă de vizualizare metaforică. Cei care au trecut la vederea superioară, energetică, știu cum să lovească, iar dacă nu știu, să afle, sau să revină la metoda metaforică.

Asupra unui organ au efect și alte tehnici, cum ar fi legăturile, mai ales dacă urmărim ca declanșarea crizei să se petreacă peste un timp, dacă intenția este de a chinui, nu de a distruge.

Oricum ar fi, exercițiul vizualizării organelor este necesar.

Tăiat sau legat, organul cu pricina își pierde funcționalitatea, afectând metabolismul, se reface foarte greu dacă este închisă și merkaba, iar dacă adversarul nu reușește să o redeschidă rapid și suficient de mult, informația după care se reface va fi alterată, celulele se vor dezvolta haotic – știți unde duce asta!

Lovitura pe un organ doare. Repetată, așa cum am spus, doare rău, foarte rău. Dacă este mascată de o altă cauză plauzibilă (de exemplu, lovitura pe ficat vine după ce adversarul a mâncat aiurea și consideră că de acolo i se trage durerea) atunci va fi și mai eficientă. Puțini își fac măcar autotratament prin punerea palmelor atunci când consideră că durerea de ficat vine de la prea multă prăjeală. Dar, dacă își fac autotratamentul, vor descoperi că sunt insuficiente cinci minute, că stau cu palmele puse acolo o jumătate de oră, chiar mai mult, iar durerea nu trece.

Eliminarea efectelor unei lovituri pleacă de la optimizarea merkabei superioare, chiar dacă asta nu pare a fi o acțiune imediată asupra organului lovit. De abia al doilea pas va fi tratarea organului, inclusiv a chakrei principale care îl guvernează. Și, indiferent cât de conștienți suntem de faptul că este o lovitură, trebuie să utilizăm toate tehnicile și simbolurile de „tăiere a stringurilor" (gen Rama, Raku, sabia Arhanghelului Mihail etc.), pentru că menținerea acestora, de la adversar către noi, face ca informația generatoare a loviturii să persiste, să aibă efect susținut în timp, să poată fi ușor reluată.

În general însă, pentru a fi feriți de lovituri, de astfel de lovituri, avem de făcut mai multe lucruri. Urmărirea periodică a funcționalității merkabei superioare și a Stelei Pământului. Curățarea, energizarea și *echilibrarea* chakrelor principale. Aici vine și răspunsul pentru cei care întreabă de câte ori trebuie să-și facă autotratamentul: permanent, dacă se poate!

Este indicată și utilizarea unor sisteme de protecție „pasive": armuri, conuri de lumină, oglinzi cu fața către adversar și tot ceea ce mai știm.

Dar și despre arme mai este de spus ceva. Se poate lovi cu o armă de lumină, sau cu o armă de întuneric. Iar pe armă se pot utiliza cele două simboluri care ridică vibrația armei, consistența acesteia: AMSUI pe arma de lumină, FABSUI pe cea de întuneric.

Am lovit corpul energetic pentru a obține un efect imediat asupra corpului fizic. Asta după ce am reușit să identificăm adversarul și i-am aflat punctele slabe. Uneori este suficient. Pentru un practicant Reiki leneș, care nu-și face zilnic autotratamentul, nu-și curăță, nu-și energizează și nu-și echilibrează chakrele principale, cu simboluri, și nu-și supraveghează merkaba superioară, este arhisuficient. Lovit astfel, va descoperi că trebuie să muncească nițel mai mult.

Mai rar ajungi să te lupți cu astfel de adversari. O faci pentru că ei țin morțiș să afle cum este, o faci pentru că greșesc și trebuie

pușl la punct, o faci pentru că lovesc, cum pot, în persoane lipsite de apărare.

Pentru un adversar mai puternic, trebuie să treci la atacul pe câmpul emoțional. Îi tai legătura cu Sursa Universală, îi lovești un organ și ai câștigat 5 minute, chiar și în fața unui adversar cu experiență. Pe urmă treci la câmpul emoțional.

Ați simțit vreodată că trebuie să renunțați la tot ceea ce faceți, pentru că nu vă iese nimic, pentru că nu vă iubește nimeni, pentru că nu vă înțelege nimeni, pentru că nimic nu are rost? V-ați simțit vreodată brusc agitat, cuprins de frică? Poate că tocmai se „juca" un adversar cu câmpul dumneavoastră emoțional.

Și, dacă nu mai ai legătura cu Sursa Universală, te doare îngrozitor ficatul, simți că nimic nu mai are rost și îți mai este și frică, fără să știi de ce, te refaci mai greu. Oricum, ești oprit pentru o vreme să mai faci lucrurile nedorite de adversar.

În principiu, orice atac pe chakra a IV-a are un astfel de efect, închiderea, dezechilibrarea acesteia provocând rezultate de genul celor amintite. Că este legată chakra, că se pune acolo un dop de lumină sau de întuneric (în exces, lumina nu este nici ea bună, duce la hiperactivitate emoțională, inexplicabile accese de plâns etc.), că se imaginează forme gând, spații, programe, rezultatul va fi imediat și de lungă durată.

Dacă în atacul pe corpul fizic cel mai eficient lucru este utilizarea vederii metaforice și operarea cu instrumente de tot felul asupra hologramei organelor, în atacul pe corpul emoțional sunt mai eficiente programele, spațiile și trimiterea unor „stări" pe corpul emoțional.

„Iubirea", „ura", „compasiunea", „regretul" nu sunt doar stări generate de un context etic, moral sau social, ci sunt vibrații de o anumită frecvență, anume modulate. Poți să emiți „iubire" fără să ai un subiect asupra căruia să aplici sentimentul, fără să te raportezi la ceva. Fără să iubești chiar... La fel și cu celelalte.

Folosiți mudra pagodei, încărcați-vă palmele cu energie de frecvența dorită, apoi vizualizați între palmele voastre sufletul, chakra a IV-a, inima adversarului și covârșiți-o cu sentimentul, starea dorită. Sunt eficiente și programele. Dar au un mic defect, lucrează cu o energie suficient de „independentă" de noi pentru a nu putea implementa în ea un atac consistent.

Dar stările pot fi implementate și în alte regiuni ale corpului, nu doar în chakra a IV-a, efectele fiind dintre cele mai neplăcute și mai bizare, de la dorința de automutilare, de amputare a membrului pe care s-a trimis „ură", la tentația de a „înfrumuseța" prin piercing și tatuaje regiuni pe care s-a trimis o anumită formă de „iubire".

Mai ales pentru micile „vrăjitoare" este de utilizat un astfel de atac, cele care știu totul pentru că îți iau de pe masă bricheta și, în timp ce se joacă cu ea se chinuie să-ți implementeze un programel oarecare, în general legat de spor sau de iubire.

Protecția câmpului emoțional trebuie să înceapă cu o bună autocunoaștere, cu perfecta curățare a sufletului și cu atingerea pragului de vibrație și de unire cu Sinele Superior care să permită recunoașterea imediată a unei stări, a unui sentiment de care „ne facem vinovați", de una implementată.

Victime sigure ale unui atac pe corpul emoțional sunt și cei „încrâncenați", care, indiferent de proveniența stării, sentimentului, se ambalează la nesfârșit în trăirea acestuia, se consumă continuu, nu au detașarea dată de o bună legătură cu divinitatea și nu își cunosc suficient misiunea personală. Iar în această categorie intră foarte mulți oameni!

Iar cea mai bună protecție este aceea de a trăi, de a te identifica perfect cu iubirea și compasiunea, în acest fel nemaifiind loc pentru sentimente induse. Identificare posibilă prin practicarea tehnicilor din Karuna Ki.

Dacă adversarul, lipsit de legătura cu Sursa Universală, lovit pe organ și căruia i s-au introdus aberații pe corpul emoțional

nu renunță, trebuie să mergem mai departe, să ne ocupăm de corpul mental.

S-a întâmplat să aveți nevoie de o rugăciune, de un algoritm, de un simbol, de modul de utilizare a unui aparat, de un acordaj, și să nu le mai știți, să le fi uitat cu totul? S-a întâmplat să nu mai percepeți bine mediul, să luați decizii eronate? S-a întâmplat să vă pierdeți logica, ba chiar să simțiți cum vă scade, brusc, coeficientul de inteligență? Poate că erați supuși unui atac pe corpul mental...

Simplul atac pe creier, ca organ, nu produce atâtea efecte. De cele mai multe ori apare o durere îngrozitoare, dar *știm* cum să scăpăm de ea. Atacul pe chakra a VI-a reduce capacitatea de a vedea cu al treilea ochi, de a vedea „dincolo", dar *știi* că se întâmplă ceva cu tine și te poți apăra. „Tăierea" capului tulbură gândurile, dar încă *știi* cine ești. Legăturile pe creier sunt neplăcute, dar nu te împiedică cu totul să gândești.

În fond, atacul pe corpul mental nu urmărește lucrurile amintite mai sus decât „făcut la nervi", fără un plan, fără un scop anume. Adevăratul atac pe câmpul mental este cel manipulator, în care scopul nu este acela ca adversarul să nu mai gândească, ci să gândească așa cum vrei tu!

Implementarea unui program nu trebuie făcută, însă, la nivelul chakrei a VI-a. Mai devreme sau mai târziu, respectivul va ști că nu el se gândise să-și doneze toți banii, nu el refuzase să mai aplice tot ceea ce învățase, nu el se hotărâse să atace un dușman mult prea puternic pentru el, ci totul venise din altă parte.

Implementarea programului trebuie făcută pe chakrele superioare, cel mai bine pe chakra a XIII-a, în acest fel victima având senzația că ascultă de un gând profund personal. Tot la acest nivel se poate face inventarul lucrurilor cunoscute de adversar și se pot „șterge", sau „masca", în așa fel încât să-i schimbăm configurația câmpului-A, a locului în care are stocată memoria de lungă durată, ca și cunoștințele acumulate în vieți trecute.

Cine nu şi-a făcut inventarul câmpului-A, cine nu ştie să stocheze cu bună intenţie informaţii în câmpul-A, eventual cu tehnicile din Seichim, va fi vulnerabil!

Lipsit de legătura cu Sursa Universală, lovit pe un organ,cu aberaţii pe corpul emoţional, lipsit de informaţie şi manipulat să facă lucruri nedorite şi care îi sunt defavorabile, adversarul încă mişcă!

Nu-i nimic, încă mai avem muniţie (şi discutăm aici doar de atacul asupra unei persoane scoasă din context, căci posibilităţile de atac indirect, asupra sau prin intermediul unei persoane din anturajul victimei, sunt nenumărate).

Este vorba de atacul pe corpul spiritual. Din tehnicile care pot fi utilizate, cu efect de lungă durată este „mutilarea corpului de îngeri". Am spus în capitolul dedicat subiectului că îngerii se asociază după interesele şi pasiunile lor şi se grupează în regiunea corpului în care se află organele cu ajutorul cărora îndeplinim acţiunile guvernate de ei.

Cât timp nu încercăm să-i luăm fără drept de la adversar, îngerii pot fi mutaţi uşor dintr-un loc în altul, intermedierea lor între om şi divinitate devenind astfel inutilă. Degeaba ai îngeri specializaţi în tăiatul lemnelor dacă ei sunt trimişi în creierul din stomac.

Reorganizarea corpului de îngeri tot prin tehnici din Seichim se poate face.

Mult dincolo de frontierele Reiki există şi alte forme de luptă. Cum ar fi, de exemplu, atacul cu entităţi spirituale evoluate, dar din dimensiunile inferioare, cu toată fauna existentă acolo. Fără să le vezi, apărarea împotriva acestora se rezumă la tehnici de curăţare şi reparare a câmpurilor. Atenţie însă, încă o dată, a „vedea" nu înseamnă numai imagini, folosiţi şi clarauzul, clarmirosul, care oferă informaţii la fel de relevante. Şi, sfatul meu, pe care puteţi sau nu să-l luaţi în seamă, îndepărtaţi şi nu anihilaţi aceste entităţi.

Ne-am ocupat numai de atacul la distanţă, exclusiv prin tehnici de la frontierele Reiki (iar cei care consideră că utilizez doar lucruri aflate în afara a ceea ce poate fi numit în mod corect Reiki să studieze şi sistemele nontradiţionale pentru a vedea că se regăsesc acolo şi îngerii, şi săbiile, şi tehnicile de vedere la distanţă, şi cele de implementare a programelor).

Aceleaşi tehnici se pot utiliza şi în prezenţa adversarului, plus numeroase altele ce ţin de NLP, de controlul câmpului energetic personal. Cele mai eficiente sunt tehnicile în care reuşeşti să pui mâna pe adversar, fie punând-o pe umărul acestuia, fie strângându-i mâna îndelung. Principiile sunt aceleaşi.

La nevoie, este bine să cunoaşteţi lucrurile prezentate în acest capitol. Utilizarea lor, ca şi a tuturor celorlalte posibile, rămâne sub legea karmei. Dacă făcând bine şi tot generăm karma, provocând durere o facem cu atât mai mult şi o să plătim, indiferent câtă dreptate avem. Uneori nu se poate altfel, aşa că nu trebuie să ignorăm lupta. Nu trebuie nici să abuzăm de ea. Şi, mai ales, trebuie să respectăm regulile războiului, aşa cum le-a gândit Musashi:

1. Trebuie să fim atenţi la oportunităţile care apar şi să nu le ignorăm, pentru a nu regreta mai târziu.
2. Trebuie să renunţăm la prietenii şi colegii care nu fac decât să transfere asupra noastră frica lor.
3. Trebuie să planificăm din timp ceea ce avem de făcut.
4. Trebuie să ne cunoaştem bine armele (tehnicile, metodele) pe care le deţinem, ca şi calităţile celor puţini rămaşi pe lângă noi.
5. Trebuie să ştim încotro se îndreaptă evenimentele, la scară mare, şi să ne adaptăm propriile noastre planuri la ele.
6. Trebuie să verificăm permanent starea armelor noastre.
7. Trebuie să nu navigăm împotriva vântului.

8. Trebuie să pornim la drum atunci când sunt îndeplinite toate condițiile, indiferent de cât de comod ar părea statul pe loc.

9. Trebuie să ne adaptăm permanent planurile la realitatea câmpului de luptă.

10. Trebuie să fim vigilenți din prima și până în ultima clipă și să nu ignorăm momentul plecării din această lume.

11. Trebuie să ne dedicăm până în ultima clipă.

12. Trebuie să fim pregătiți să mergem până la capăt, chiar dacă resursele s-au epuizat și familia ne-a abandonat.

ANEXA 1

Interviu cu Mikao Usui

DE CE AM FĂCUT PUBLICE ACESTE LUCRURI
(explicația fondatorului, Mikao Usui)

Este o veche tradiție ca, atunci când cineva descoperă o artă secretă, să o păstreze în cadrul familiei, pentru a asigura viitorul descendenților săi. Nu o împarte cu ceilalți. Dar este o modă învechită, din vremuri apuse. În timpurile moderne, fericirea se bazează pe viața și munca în comun, pe dorința de dezvoltare socială. Din acest motiv, nu voi permite ca lucrurile să rămână numai în interiorul familiei mele.

Metoda mea este în întregime originală, nicăieri în lume nu mai există așa ceva. Cu toate acestea doresc să o împărtășesc oamenilor, în beneficiul tuturor. Toți au potențialul de a primi acest dar spiritual, unitatea între trup și suflet, binecuvântarea divină.

Metoda este originală, bazată pe puterea spirituală a universului. Prin această putere, o persoană devine mai întâi sănătoasă, pe urmă mintea i se calmează și viața devine mai fericită.

În zilele noastre, avem nevoie să ne îmbunătățim viața, atât nouă cât și celor din jurul nostru, să-i eliberăm și pe ceilalți de suferințele fizice și emoționale.

Din această cauză, cunoașterea mea o pun la dispoziția celorlalți.

Î: Ce este Usui Reiki Ryoho?

R: Din fericire, am primit și înțeles principiile Împăratului Meiji. Omenirea trebuie să-și descopere propria cale, trebuie să

trăim în acord cu aceste principii. Trebuie să învățăm să ne întărim corpul și sufletul. Mai întâi ne vindecăm sufletul, apoi și trupul va fi sănătos. Când sufletul este sănătos, trupul va deveni în mod automat sănătos. În acest fel, sufletul și trupul se vor afla în armonie și vom fi împăcați și mulțumiți cu viața noastră. Ne vom vindeca pe noi și pe ceilalți și vom adânci fericirea noastră și pe a celorlalți. Acesta este scopul Usui Reiki Ryoho.

Î: Este Usui Reiki Ryoho precum hipnoza, terapiile Kia Jutsu (utilizarea vocii pentru a exprima și concentra energia Ki), Shinko Ryoho (terapie spiritual-religioasă), sau altele, asemănătoare, numai că poartă un alt nume?

R: Nu, nu. Nu există nici o asemănare cu aceste metode. După mai mulți ani de riguroasă disciplină spirituală, am descoperit acest secret de natură spirituală: o metodă de a elibera trupul și sufletul.

Î: Este atunci o terapie spirituală?

R: Da, am putea să-i spunem și astfel. Dar este și o terapie a trupului, din moment ce energia Ki și lumina radiază din corpul practicantului – mai ales prin palme, ochi și gură. Așadar, dacă îmi concentrez privirea, sau suflu, sau ating zona afectată, dureri precum cele de dinți, durerile de cap, nevralgiile, colicile, durerile de stomac, tăieturile, vânătăile, arsurile etc. vor trece. Cu toate acestea, afecțiunile cronice nu sunt atât de ușor de tratat – este nevoie de timp. Dar chiar și după un singur tratament apar efecte pozitive. Cum poate explica medicina acest fenomen? Ei bine, realitatea este mai spectaculoasă decât ficțiunea. O să fii de acord dacă o să vezi cu ochii tăi rezultatele. Chiar și cei care nu cred nu pot să ignore rezultatele.

Î: Trebuie să crezi în Usui Reiki Ryoho pentru ca vindecarea să aibă loc?

R: Nu, nu este o metodă psihologică, așa cum sunt psihoterapia sau hipnoza. Cum nu se bazează pe sugestie, credința sau supunerea nu sunt necesare. Nu contează dacă ai îndoieli

sau chiar refuzi să crezi în așa ceva. Ca exemplu, funcționează și asupra copiilor foarte mici și asupra celor care sunt foarte bolnavi și inconștienți. Poate că numai unul din zece crede în metoda noastră înainte să vină la tratament, dar după primul tratament marea majoritate a oamenilor simt beneficiile și încrederea lor devine mai mare.

Î: Ce se poate vindeca prin Usui Reiki Ryoho?

R: Toate dereglările, indiferent că au origine psihologică sau fiziologică, pot fi tratate prin această metodă.

Î: Usui Reiki Ryoho vindecă numai bolile trupului?

R: Nu, nu vindecă doar problemele fizice – poate vindeca și obiceiuri proaste și probleme psihologice, cum ar fi deznădejdea, slăbiciunile de caracter, timiditatea, nesiguranța și nervozitatea. Prin această metodă, sufletul își identifică natura divină și dorește să vindece ce se află în jurul său. Așa atingem fericirea.

Î: Cum funcționează Usui Reiki Ryoho?

R: Nu am primit această metodă de la altcineva. Nici nu m-am antrenat și nici nu am studiat cum să-mi dezvolt puterile supranaturale. În timp ce posteam, am avut o experiență mistică – am simțit o energie intensă – și, în timpul acesteia, am realizat că am primit darul vindecării. Așa că, deși sunt fondatorul acestei metode, îmi este greu să o explic. Medicii și învățații au cercetat acest fenomen, dar, până astăzi, nu există o explicație științifică. Într-o bună zi, va exista și aceasta.

Î: Se folosesc medicamente în Usui Reiki Ryoho? Există efecte secundare?

R: Nu se utilizează medicamente și nici un fel de aparatură medicală. Doar concentrezi privirea, sufli, pui palmele, atingi sau lovești ușor. Așa se face tratamentul.

Î: Pentru a practica Usui Reiki Ryoho, am nevoie de studii medicale?

R: Metoda noastră este una spirituală, transcendentă științei medicale – nu se bazează pe aceasta. Efectul dorit se obține prin focalizarea privirii, a suflului, atingerea sau lovirea ușoară a zonei

afectate. De exemplu, în cazul unor probleme la cap, tratez capul; pentru boli de stomac, tratez stomacul; pentru probleme ale ochilor, tratez ochii. Nu este nevoie de medicamente amare sau de moxe care îți ard pielea, dar, cu toate acestea, te însănătoșești. Prin aceasta este originală metoda noastră.

Î: Ce cred medicii despre asta?

R: Medicii recunoscuți au fost cinstiți în ceea ce au declarat. În zilele noastre, specialiștii în medicina occidentală critică prescrierea abuzivă de medicamente.

Dr. Sen Nagai, de la Teikoku Medical University, spune: „Ca medici, știm să punem diagnosticul, să înțelegem boala, dar nu știm, cu adevărat, cum să o tratăm".

Dr. Kondo spune: „Suntem aroganți atunci când susținem că știința medicală a făcut mari progrese, din moment ce nu reușește să se ocupe de latura psihologică/spirituală a pacientului. Aici trebuie să așteptăm marile descoperiri".

Dr. Hara spune: „Este o eroare să tratezi omul, cu cunoașterea lui spirituală, ca pe un animal. Credința mea este aceea că, pe viitor, trebuie să ne așteptăm la mari transformări în domeniul terapiilor".

Dr. Kuga spune: „Adevărul este acela că terapeuții fără pregătire medicală obțin rezultate mai bune decât medicii deoarece terapiile lor țin seama de caracterul și de simptomele particulare ale pacientului și utilizează numeroase tehnici de tratament. Am da dovadă de îngustime a minții dacă i-am respinge pe acești terapeuți sau am încerca să-i împiedicăm". (Din revista „Japanese Medical News".)

Medicii și farmaciștii recunosc adeseori aceste lucruri și vin să se pregătească după metodele noastre.

Î: Ce spune guvernul despre asta?

R: În data de 6 februarie, 1922, parlamentarul Teiji Matsushita a interpelat Comitetul pentru Buget cu privire la poziția acestuia față de terapeuții care practică metode de terapie spirituală și psihoterapie fără să aibă studii medicale.

Domnul Ushio, membru al comitetului, i-a răspuns: „Cu ceva mai mult de un deceniu în urmă, hipnoza și alte practici asemănătoare erau considerate a fi demonice, dar în zilele noastre, după cercetări consistente, ele sunt utilizate pentru vindecarea pacienților. Este dificil să încerci să rezolvi toate problemele omului prin medicină. Medicii trebuie să utilizeze practicile medicale pentru a trata bolile. Facultatea de medicină nu consideră terapia prin punerea palmelor sau electroterapia ca fiind practici medicale."

Din această cauză, metoda noastră nu este obiectul reglementărilor din domeniul medical, nici al celor care se ocupă de acupunctură.

Î: Această capacitate de a vindeca apare mai ales la persoanele evoluate spiritual și nu poate fi dezvoltată prin instruire?

R: Nu, nu-i așa. Orice ființă vie posedă capacitatea spirituală de a vindeca. Lucru adevărat în cazul plantelor, animalelor, peștilor și insectelor, dar omul – ca punct culminant al creației – posedă cea mai mare putere.

Metoda noastră este o punere în practică a acestei puteri.

Î: Oricine poate primi inițierea în Usui Reiki Ryoho?

R: Desigur. Bărbat sau femeie, tânăr sau bătrân, cu studii sau fără – oricine are bun-simț poate primi în scurt timp această capacitate, de a se vindeca pe sine și pe ceilalți.

Am învățat peste o mie de oameni și nici unul nu a eșuat în atingerea rezultatului dorit. Chiar și cei care au primit numai Shoden (gradul întâi) sunt capabili să vindece bolile.

Dacă stăm să ne gândim, pare ciudat că obținem în așa scurt timp capacitatea de a vindeca – lucru de obicei atât de dificil pentru oameni. Dar asta este caracteristica metodei noastre spirituale – că învățăm să facem ceva atât de complicat într-un mod foarte simplu.

Î: Deci pot să-i vindec pe alţii, dar pot să mă vindec şi pe mine?

R: Dacă nu putem să ne vindecăm propriile dezechilibre, cum am putea să-i vindecăm pe ceilalţi?

Î: Cum pot primi Okuden (gradul al doilea), ce implică asta?

R: Okuden constă din mai multe tehnici – Hatsu Rei Ho, atingerea, lovirea uşoară cu palmele, tratamentul la distanţă, vindecarea obiceiurilor/slăbiciunilor etc. Acordăm Okuden discipolilor entuziaşti care, după ce au primit Shoden, au rezultate bune, dau dovadă de caracter şi conduită adecvată.

Î: Există ceva dincolo de Okuden?

R: Da, este nivelul numit Shinpiden.

Interviul este preluat din Reiki Ryoho Hikkei, *o lucrare considerată a fi manualul pentru gradul Shoden al cursanţilor de la Usui Reiki Ryoho Gakkai. Se presupune că interviul reproduce cuvintele lui Mikao Usui. Unele surse afirmă că* Reiki Ryoho Hikkei *este o compilaţie realizată în anii 1970 de Kimiko Koyama, a şasea preşedintă a Usui Reiki Ryoho Gakkai.*

ANEXA 2

Ce se întâmplă în timpul şedinţei de terapie prin Reiki?

Cercetătorii (pornind de la descoperirile dr. Robert O. Becker) au descoperit de aproape două decenii că, în timpul terapiei, frecvenţa undelor din creierul terapeutului tinde să se sincronizeze cu aceea a clientului atunci când se intră în starea alfa, caracteristică relaxării profunde şi meditaţiei, ba chiar mai mult, ele încep să pulseze la unison cu câmpul magnetic al pământului, rezonanţa Schuman.

Prin acordarea undelor cerebrale cu fundamentala frecvenţelor Schuman (7,83 Hz) putem beneficia prin intermediul fenomenului de rezonanţă de un aport energetic din propriul câmp energetic al Pământului. Practic, în cazul stabilirii acestei rezonanţe, centrii noştri energetici sunt revitalizaţi şi alimentaţi din focarele energetice ale planetei.

Frecventa de 7,83 Hz este frecvenţa de propagare a unui impuls electromagnetic prin atmosferă. (Într-o singură secundă, un fulger care se deplasează cu viteza luminii înconjoară circumferinţa Pământului de aproximativ 7,83 ori. Propagarea undelor electromagnetice este influenţată de mulţi alţi factori: temperatura aerului, umiditate, particule aflate în suspensie...)

În aceste momente, câmpul biomagnetic al mâinilor practicantului Reiki devine de 1000 de ori mai mare decât este normal, şi asta nu din cauza metabolismului propriu.

Frecvenţa acestui câmp biomagnetic are valori în aceeaşi plajă de frecvenţe ca a undelor din creier, 0,3–30 Hz, mai ales în

intervalul 7–8, al stării alfa. Această plajă de frecvențe stimulează vindecarea organismului, anumite frecvențe având un rol specific: 2 Hz favorizează regenerarea celulei nervoase, 7 Hz ajută creșterea oaselor, 10 Hz îmbunătățește elasticitatea ligamentelor, iar 15 Hz optimizează formarea vaselor capilare.

Undele cerebrale nu se limitează la creier, ele circulă prin tot corpul la nivelul sistemului perineural, țesutul conjuctiv care înconjoară nervii. În timpul terapiei, aceste unde încep ca un puls slab la nivelul hipothalamusului și devin tot mai puternice pe măsură ce ajung în sistemul nervos periferic, inclusiv în mâini. Același efect apare în oglindă în corpul persoanei căreia i se face terapie, iar dr. Becker sugerează că acesta este sistemul care guvernează refacerea zonelor rănite și care reechilibrează sistemul. În Reiki, atât terapeutul, cât și clientul beneficiază de același tratament. [...]

Extras din „The Science behind REIKI: What happens in a treatment" de Tamisha Sabrina, membră a UK Reiki Federation.

BIBLIOGRAFIE

Argeșanu, Ovidiu-Dragoș, *Reiki, între mit și realitate*, Editura DAO PSI, 2006

Beckett, Don, *Reiki: The True Story*, Frog Books, 2009

Blaga, Lucian, *Trilogia cunoașterii*, Editura Minerva, 1983

Cantemir, Dimitrie, *Metafizica*, Editura Ancora, 1928

Curin, Aurelian, *Reiki, arta armoniei*, Editura Mirador, 2002

Curin, Aurelian, *Reiki nontradițional*, Editura RAO, 2007

Goswami, Amit, *Physics of the Soul*, Hampton Roads, 2001

Guénon, René, *Metafizică și cosmologie orientală*, Editura Herald, 2005

Guénon, René, *Scurtă privire asupra inițierii*, Editura Herald, 2008

Guénon, René, *Simboluri ale științei sacre*, Editura Humanitas, 2008

Hosak, Mark și Luebeck, Walter, *The Big Book of Reiki Symbols*, Lotus Press – Shangri-La, 2006

Hristenco, Dumitru, *Reiki tradițional, de la Gradul I la Maestru*, ediția a II-a, Editura Teora, 1998

Laszlo, Ervin, *Science and the Akashic Field*, Inner Traditions, 2004

Lovinescu, Vasile, *Jurnal alchimic*, Institutul European, 1994

Lovinescu, Vasile, *Meditații, simboluri, rituri*, Editura Rosmarin, 1997

Osho, *Cartea înțelegerii*, Editura MAR, 2006

Osho, *Echilibrul Corp-Minte, Folosirea minții pentru vindecarea corpului*, Pro Edituă și tipografie, 2007

Popescu, Vlad T., *Irealitatea imediată*, Editura DAO PSI, 2007

Rusu, Vlad Risvan, *Compendiu ilustrat de Reiki*, Editura DAO PSI, 2007

Rusu, Vlad Risvan, *Dicționar de simboluri*, Editura DAO PSI, 2006

Rusu, Vlad Risvan, *Inițiere în Reiki*, Editura Polirom, 2005

Stein, Diane, *Calea Reiki*, Editura DAO PSI, 2008

Veihinger, Hans, *Filosofia lui „ca şi cum"*, Editura Nemira, 2001
Vilayat Inayat Khan, *Awakening. A Sufi Experience*, Putnam, 1999
Wolf, Fred Alan, *Mind into Matter*, Moment Point Press, 2001
Wolf, Fred Alan, *The Spiritual Universe*, Moment Point Press, 1999

CUPRINS

Scurt cuvânt-înainte 7
Calea Reiki 9
Evoluţia spirituală 13

Partea I: FRONTIERELE
O frontieră sub tir continuu: Reiki şi religia 19
Frontiera unei lupte fratricide: tradiţional vs. non-tradiţional 26
Scurtă prezentare a sistemelor Reiki 31
Frontiera sângeroasă: Reiki vs. radiestezie 33
Frontiera legală: Reiki nu este medicină! 36
Frontiera miraculoasă: Reiki şi autocontrolul 39
Frontiera istorică: cât Qi Gong a mai rămas în Reiki? 42
Frontiera populară: între bube şi babe – vrăjitoarele 45

Partea a II-a: UN ALTFEL DE CURS REIKI
Mudre şi mantre utilizate sau utilizabile în practica Reiki 49
Palmele noastre din punct de vedere spiritual 59
Reiju 62
Desfăşurarea şi interpretarea unui Gendai Reiju 63
Sursa Universală 66
Reiki, o terapie prin punerea palmelor 70
Tehnica punerii palmelor în autotratament 71
Tehnica echilibrării chakrelor 75
Tehnica ridicării şarpelui Kundalini 76
Tehnica deprogramării mentale 77
Tehnica utilizată în dezintoxicare 78
Tehnica echilibrării emisferelor cerebrale 79

Simbolurile Reiki 81
Clasificarea simbolurilor 81
Învățarea simbolurilor, meditația pe simbol 84
Utilizarea simbolurilor 86
Simboluri principale 88
Algoritmi din simboluri 98
Uitarea simbolurilor 99
Utilizarea combinată a simbolurilor Usui/Gendai, plus Karuna Reiki™/Karuna Ki, plus Seichim 100
Proiectele Reiki 101
Semnificația aplicării simbolurilor la nivelul corpurilor energetice 102
La distanță și dincolo de timp 106
Banca de vindecare și acordajele la distanță 107
Protecția terapeutului 109
Acordajele 111

Partea a III-a: GHID PRACTIC
Reiki și firmele comerciale 119
Grilele de cristale – protecția 124
Protocol de terapie prin Reiki și nu numai 126
De ce nu vindecăm și nu ne vindecăm de orice boală prin Reiki? 129

Partea a IV-a: FRONTIERA MEA
Cum să te cufunzi în tine ca să te descoperi – arta meditației 135
Tehnica de primire a simbolurilor prin channelling 136
Meditația Shenu, a Infinitului și a Crucii de Lumină 138
Meditație și inițiere în Marea Piramidă 140
Despre ghizi și îngeri 143
„Apelarea" entităților spirituale superioare 145
Vederea la distanță și descătușarea puterilor PSI 147
Elemente de radiestezie multidimensională 155
Evaluarea personală 156

Parametrii legați de merkaba și de Steaua Pământului 158
Parametrii legați de suflet, Șarpele Kundalini și Karmă 161
Când lupta nu mai poate fi evitată 163

Anexa 1 – Interviu cu Mikao Usui 175
Anexa 2 – Ce se întâmplă în timpul terapiei prin Reiki? 181
Bibliografie 183